

**TEKNIK *MODELING* DALAM BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK
MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI PESERTA DIDIK KELAS VIII G
SMP PGRI 6 BANDAR LAMPUNG
T.P 2017/2018**

Skripsi

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
dalam Ilmu Bimbingan dan Konseling

Oleh :

SYAMSUDIN

NPM : 1311080108

Jurusan : Bimbingan dan Konseling



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1439 H / 2017 M**

**TEKNIK *MODELING* DALAM BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK
MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI PESERTA DIDIK KELAS VIII G
SMP PGRI 6 BANDAR LAMPUNG
T.P 2017/2018**

Skripsi

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
dalam Ilmu Bimbingan dan Konseling



Pembimbing 1 : Dr. Romlah, M.Pd.I
Pembimbing II : Drs. Yahya AD, M.Pd

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN)
RADEN INTAN LAMPUNG
1439 H/ 2017 M**

ABSTRAK

TEKNIK *MODELING* DALAM BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI PESERTA DIDIK KELAS VIII G SMP PGRI 6 BANDAR LAMPUNG TAHUN AJARAN 2017/2018

Oleh:
SYAMSUDIN

Penelitian ini dilatar belakangi oleh adanya peserta didik yang mengalami masalah kepercayaan diri rendah. Sehingga perlu dilakukan penelitian dengan judul efektivitas konseling kelompok dengan teknik *modeling* dalam meningkatkan kepercayaan diri peserta didik kelas VIII G SMP PGRI 6 Bandar Lampung tahun ajaran 2017/2018. Adapun tujuan penelitian ini untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik.

Jenis penelitian yang dilaksanakan adalah penelitian kuantitatif eksperimen dengan metode menggunakan *design one group pretest – posttest*. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebanyak 10 peserta didik dari kelas VIII G SMP PGRI 6 Bandar Lampung yang memiliki kepercayaan diri dalam kategori rendah. Teknik *modeling* dalam bimbingan kelompok dilakukan sebanyak 4 kali. Subyek diobservasi dua kali (*Pre-Test* dan *Post-Test*). Teknik pengumpulan data dengan menggunakan wawancara, angket, dan observasi.

Hasil rata-rata skor kepercayaan diri sebelum mengikuti teknik *modeling* dalam bimbingan kelompok adalah 74,3000 dan setelah mengikuti teknik *modeling* dalam bimbingan kelompok meningkat menjadi 102,6000. Dari hasil uji t dengan $(df)=9$ taraf signifikan sebesar 17,623. Karena nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($17,623 > 2.20099$) maka H_0 di tolak dan H_a diterima yang berarti teknik *modeling* dalam bimbingan kelompok efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri peserta didik kelas VIII G SMP PGRI 6 Bandar Lampung.

Kata kunci : Teknik *Modeling*, Bimbingan Kelompok, Kepercayaan Diri.





MOTTO

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ ﴿١٣٩﴾

“janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, Padahal kamulah orang-orang yang paling Tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman.”

(Q.S Al-Imran ayat 139)¹



¹*Al-qur'an dan terjemahannya*, Jakarta Timur, Pustaka Al-Mubin, 2013

PERSEMBAHAN

Bismillahirrohmanirrohim, skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Bapakku Effendi dan ibuku May Saroh tersayang dengan segala pengorbanan, ketulusan do'a serta keridhoan ibu dan bapak dalam membimbing anakmu ini untuk terus semangat dalam menyelesaikan tugas akhir ini. Semoga skripsi ini sebagai salah satu wujud baktiku dan ungkapan rasa kasih sayang yang tak terhingga.
2. Kepada mbakku, kakak-kakakku dan adikku, Maryani, Hendrik Aries, Achmad Basri, Erwin Bahar dan Ema Novita Sari yang selalu memberikan keceriaan, motivasi dan dukungan sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini.
3. Almamater kebanggaanku UIN Raden Intan Lampung dan semua pihak yang tidak dapat saya sebutkan semuanya, namun telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

RIWAYAT HIDUP

Alhamdulillah, Segala Puji Syukur kehadiran ALLAH SWT, yang senantiasa melimpahkan rahmat dan ridha nya kepada orang – orang yang bertaqwa. Shalawat serta salam dihaturkan kepada Nabi Muhammad SAW dan keluarga nya dan para sahabat nya, yang senantiasa menjadi uswatun hasanah bagi seluruh umat manusia.

Penulis dilahirkan di Jakarta, pada tanggal 5 Agustus 1994, dari pasangan Effendi dan May Saroh. Penulis adalah anak kelima dari enam bersaudara.

Penulis menempuh pendidikan formal di SD Negeri 2 Kampung Sawah Brebes, masuk pada tahun 2001 dan lulus pada tahun 2007. Kemudian melanjutkan di SMP Negeri 12 Bandar Lampung dari tahun 2007 dan lulus pada tahun 2010. Kemudian penulis melanjutkan pendidikan lagi di SMAS Nusantara Bandar Lampung pada tahun 2010 dan lulus pada tahun 2013.

Pada tahun 2013, penulis diterima sebagai mahasiswa di Universitas Islam Negeri (UIN) Raden Intan Lampung pada Fakultas Tarbiyah program studi Bimbingan dan Konseling melalui jalur UMPTK-IN Raden Intan Lampung tahun ajaran 2013/2014.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirobbil'alamin, puji syukur penulis haturkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan nikmat sehat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Sholawat serta salam semoga senantiasa tercurahkan kepada Baginda Besar kita Ya Habibana Wamaulana Muhammad SAW. Yang mudah-mudahan kita diakui sebagai ummatnya di akherat kelak.

Skripsi dengan judul *“Teknik Modeling Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Peserta didik Kelas VIII G SMP PGRI 6 Bandar Lampung”* adalah salah satu syarat untuk mendapat gelar sarjana pendidikan pada program studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

Dengan kerendahan hati disadari bahwa dalam penulisan skripsi ini penulis banyak mengalami kesulitan dan hambatan namun berkat bimbingan serta motivasi dari berbagai pihak akhirnya penulisan skripsi ini dapat terselesaikan. Maka pada kesempatan ini penulis ucapkan terimakasih yang setulus-tulusnya kepada:

1. Dr. H. Chairul Anwar, M. Pd, selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
2. Andi Thahir, M.A.,Ed.D dan Dr. Ahmad Fauzan M.Pd selaku ketua jurusan dan sekretaris prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.

3. Dra. Romlah M.Pd, dan Drs. H. Yahya AD, M.Pd sebagai pembimbing pertama dan pembimbing kedua, terimakasih banyak atas kesediaannya dalam memberikan bimbingan, saran dan kritik dalam proses penyelesaian skripsi ini.
4. Bapak dan Ibu dosen program studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
5. Riyanto, S.Pd., M.Mdan Tri Oktaningsih, S.Pdselaku kepala sekolahdan guru Bimbingan dan Konseling SMP PGRI 6Bandar Lampung yang telah mengizinkan penulis untuk mengadakan penelitian di sekolah ini.
6. Sahabat-sahabatku yang luar biasa ketulusannya Imam Syuhada, Surya Saputra, Hufandi, Ina Sepriliya, penulis bersyukur telah dipertemukan dengan sahabat seperti kalian, terima kasih atas waktu yang selalu ada saat sulit, selalu membantu dan memotivasi untuk terus bersemangat. Semoga kita dipertemukan pada kesuksesan yang selalu kita impikan di masa depan.
7. Sahabat seperjuanganku, Amelia, Akhmad Masdarul, Syamsul Adi Ariefin, Imam Prasetyo, Maya Puspa Rini, semoga kelak kita bisa dipertemukan dalam kesuksesan yang kita impikan,
8. Bimbingan dan Konseling kelas C angkatan 2013, semoga silaturahmi kita tetap terjaga sampai nanti, serta dipermudah dalam segala urusan penyelesaian tugas akhir ini.Dan untukadik-adik tingkat BK dan HMJ-BK, semoga kalian segera menyusul dan terus semangat dalam mengejar cita-cita.

Akhir kata, penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, namun penulis berharap semoga karya yang sederhana ini dapat berguna dan bermanfaat bagi kita semua. Aamiin.



Bandar Lampung, Desember 2017
Penulis,

Syamsudin
NPM. 1311080108

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
PENGESAHAN.....	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN.....	vi
RIWAYAT HIDUP	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah.....	11
C. Pembatasan Masalah	11
D. Rumusan Masalah	12
E. Tujuan dan Manfaat	12
1. Tujuan Penelitian.....	12
2. Manfaat Penelitian.....	12
F. Penelitian Relevan	13

BAB II LANDASAN TEORI

A. Teknik <i>Modeling</i>	16
1. Pengertian Teknik <i>Modeling</i>	16
2. Jenis - jenis <i>Modeling</i>	18

3. Hal Yang Perlu Diperhatikan Dalam Menentukan Model	18
4. Prinsip-prinsip <i>Modeling</i>	19
5. Langkah-langkah <i>Modeling</i>	19
6. Prosedur <i>Modeling</i>	20
7. <i>Modeling</i> Menurut Pandangan Islam	21
B. Bimbingan Kelompok	23
1. Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok.....	23
2. Tujuan Bimbingan Kelompok	24
3. Asas-asas Bimbingan Kelompok.....	25
4. Tahap-tahap Pelaksanaan Bimbingan Kelompok.....	26
5. Model Bimbingan Kelompok Dengan Pendekatan Modeling Untuk Meningkatkan Percaya Diri	35
6. Keefektifan Layanan Bimbingan Kelompok Dalam Meningkatkan Percaya Diri	36
C. Kepercayaan Diri.....	40
1. Pengertian Kepercayaan Diri.....	40
2. Jenis-jenis Kepercayaan Diri	41
3. Ciri-ciri Individu Yang Memiliki Dan Kurang Memiliki Kepercayaan Diri	43
4. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Percaya Diri.....	43
5. Cara Meningkatkan Kepercayaan Diri	44
6. Aspek-aspek (Unsur-unsur) Kepercayaan Diri	45
D. Kerangka Pikir.....	47

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian	49
B. Desain Penelitian.....	49
C. Variabel Penelitian	50
D. Definisi Operasional.....	51
E. Populasi, Sampling, Dan Teknik Sampling	52

F. Teknik Pengumpulan Data	54
G. Pengembangan Instrumen Penelitian	57
H. Uji Persyaratan Instrumen	60
I. Teknik Analisis Data	61
J. Hipotesis.....	62

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian.....	63
1. Gambaran Umum pra treatment Teknik <i>Modeling</i> Dalam Bimbingan Kelompok	64
B. Deskripsi Data Hasil penelitian.....	65
1. Tahapan Dalam Penelitian.....	66
2. Tahap Kegiatan Teknik <i>Modeling</i> Dalam Bimbingan Kelompok.....	68
a. Hasil <i>Pretest</i>	74
b. Hasil <i>Posttest</i>	75
c. Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	76
C. Pengujian Hipotesis	77
D. Pembahasan	81
E. Keterbatasan Penelitian.....	84

BAB V SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan.....	85
B. Saran	86

DAFTAR PUSTAKA LAMPIRAN-LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Data percaya diri rendah kelas VIII GSMP PGRI 6 Bandar Lampung	7
2. Populasi Penelitian	55
3. Sampel Penelitian	56
4. Penskoran item jawaban skala	57
5. Kriteria Percaya Diri	58
6. Kisi-kisi Pengembangan Instrumen Penelitian	60
7. Sampel Peserta Didik	67
8. Jadwal Pemberian Perlakuan Bimbingan Kelompok	68
9. Hasil <i>Pre-test</i> Percaya Diri Peserta Didik	75
10. Hasil <i>Post-test</i> Percaya Diri Peserta Didik	76
11. Uji Hasil Pretest, Posttest, Score Peningkatan Percaya Diri Peserta Didik Kelas VIII di SMP PGRI 6 Bandar Lampung	77
12. Paired Samples Statistics	79
13. Paired Samples Correlations	80
14. Paired Samples Test	80

DAFTAR GAMBAR

Gambar

1. Tahap Pembentukan Bimbingan Kelompok.	27
2. Tahap Peralihan Bimbingan Kelompok	29
3. Tahap Kegiatan Dalam Bimbingan Kelompok	31
4. Tahap Pengakhiran Dalam Bimbingan Kelompok	33
5. kerangka pikir penelitian.....	45
6. Pola <i>One-GroupPretest-Posttest Design</i>	51
7. Variabel Penelitian	53
8. Tahap kegiatan <i>One-Group Pretest – Posttest</i>	65
9. Grafik Peningkatan Percaya Diri Peserta Didik.....	78



BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Peserta didik sekolah menengah pertama memasuki tahap perkembangan remaja awal, yakni suatu individu yang mengalami peralihan dari satu tahap ke tahap berikutnya dan masih sering mengalami perubahan baik emosi, tubuh, minat, pola perilaku, dan juga penuh dengan masalah-masalah. Hal ini dikatakan oleh Hurlock, bahwa masa remaja sangat rentan sekali mengalami masalah, menimbulkan ketakutan dan masa yang tidak realistik.¹

Selain itu, masa remaja awal merupakan sebuah periode dalam kehidupan manusia yang batasan usia maupun peranannya seringkali tidak terlalu jelas. Dalam perkembangannya seringkali mereka menjadi bingung karena kadang-kadang diperlakukan sebagai anak-anak tetapi dilain waktu mereka dituntut untuk bersikap mandiri dan dewasa. Tugas perkembangan pada remaja menuntut perubahan besar dalam sikap dan perilaku anak. Tugas-tugas perkembangan masa remaja yang penting

¹Elizabeth B. Hurlock, Psikologi Perkembangan: *Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, terj. Istiwidiyanti dan Soedjarwo, (Erlangga, Jakarta, 1998). h. 208.

akan menggambarkan seberapa jauh perubahan yang harus dilakukan dan masalah yang timbul dari perubahan itu sendiri sehingga masa remaja sering menjadi masalah yang sulit diatasi.

Peserta didik yang berada pada tahap remaja seringkali dihadapkan pada masalah penyesuaian diri, terutama pada peserta didik yang baru memasuki masa SMP, mereka dituntut untuk dapat beradaptasi dengan lingkungan barunya. Dalam proses penyesuaian diri sering remaja dihadapkan pada persoalan penerimaan dan penolakan dalam pergaulannya. Tingkah laku yang ditunjukkan selalu ingin tampil keren, gaul, dan mampu berbuat apa saja tanpa ragu. Namun yang lebih penting bagaimana mewujudkan harapan menjadi kenyataan. Kemungkinan lain, suatu hal yang kadang tidak terpikirkan dan juga menjadi inti masalah sebagian remaja, yaitu mengalami kebingungan, ketika hendak melakukan sesuatu. Kebingungan bukan soal keberanian untuk berbuat atau mencoba, tetapi yang berat adalah tidak tahu bagaimana cara untuk memulai sesuatu itu dilakukan, atau tidak tahu dari mana memulai sesuatu itu diperbuat. Akhirnya tidak tahu berbuat apa. Berbagai penelitian yang dilakukan para ahli menunjukkan, bahwa keyakinan individu terhadap dirinya sendiri sangat menentukan keberhasilan yang akan dicapai.²

Keyakinan individu terhadap dirinya, baik remaja maupun orang dewasa, timbul karena mereka memiliki rasa percaya diri. Seseorang yang memiliki rasa percaya diri dapat melakukan apapun dengan keyakinan akan berhasil, apabila ternyata gagal, seseorang tidak lantas putus asa akan tetapi tetap mempunyai

²Elizabeth B. Hurlock, *Op. Cit*, h. 211.

semangat untuk mencoba lagi. Rasa percaya diri setiap orang merupakan salah satu kekuatan jiwa yang sangat menentukan berhasil tidaknya orang tersebut dalam mencapai berbagai tujuan hidupnya.³ Percaya diri menjadi bagian penting dari perkembangan kepribadian seseorang sebagai penentu seorang bersikap dan bertindak laku sekaligus sebagai penentu keberhasilan mereka dalam belajar.

Rasa Percaya diri penting, karena tanpa percaya diri peserta didik akan sulit untuk mencapai prestasi belajar yang optimal. Peserta didik yang memiliki rasa percaya diri dalam belajar akan berusaha sekeras mungkin untuk mengeksplorasi semua bakat yang dimilikinya. Seseorang yang memiliki rasa percaya diri akan menyadari kemampuan yang ada dalam dirinya, mengetahui dan menyadari bahwa dirinya memiliki bakat, keterampilan atau keahlian sehingga peserta didik akan bertindak sesuai dengan kapasitas yang dimilikinya.

Penelitian ini memfokuskan pada masalah percaya diri peserta didik. Sebab masalah percaya diri sangat penting dibangun dikalangan peserta didik terutama di SMP karena mereka sedang berada pada masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa remaja awal. Perasaan minder, tidak yakin, ragu-ragu seringkali muncul pada masa ini sehingga membutuhkan bimbingan untuk meneguhkan keyakinan. Dalam islam, masalah kepercayaan diri sangat penting untuk diperhatikan karena hal tersebut terkait dengan masalah keyakinan dan kepercayaan. Di dalam surat Ali-Imran ayat 139, Allah berfirman :

³Thursan Hakim, *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*, (Jakarta: Puspa Swara, 2005), h. 6.

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ ﴿١٣٩﴾

Artinya : “janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang beriman”. (Q.S Ali-imran: 139).⁴

Surat Ali-Imran ayat 139 tersebut menjelaskan bahwa membina dan menumbuhkan kepercayaan diri seseorang sangat penting, terlebih bagi kalangan remaja awal yang berada dalam keragu-raguan, minder, rendah diri dan kurang yakin dalam memutuskan sesuatu. Selain itu masalah utama pada masa remaja awal yang paling menonjol adalah menyangkut kepercayaan diri yang belum terbangun. Sebagian peserta didik masih membawa sifat dan kebiasaan masa kanak-kanak yang dalam segala hal kurang percaya diri karena berhubungan dengan faktor mental yang belum siap. Pada umumnya, masa peralihan pada masa kanak-kanak menuju masa remaja awal ditandai dengan rasa minder, banyak diam jika ditanya, ragu-ragu dalam menjawab dan memutuskan sesuatu, kurang percaya diri dalam mengambil inisiatif dan keputusan mendesak.

Berkaitan dengan permasalahan yang dihadapi peserta didik yang memiliki rasa percaya diri dalam belajar yang rendah, maka perlu dilakukan upaya agar rasa percaya dirinya tumbuh dan kuat. Rasa percaya diri yang rendah jika dibiarkan akan menghambat aktualisasi dalam kehidupan, terutama dalam melaksanakan tugas-tugas perkembangannya dan juga akan menimbulkan masalah lain yang lebih kompleks.

⁴ Al-Quran dan Terjemahnya, Diponegoro, Bandung, h. 57

Pemahaman mengenai kepribadian yang memiliki rasa percaya diri yang kuat juga dapat dilihat dari sejumlah ciri-ciri dalam pergaulan keseharian. Biasanya orang tersebut selalu merasa yakin dapat melakukan sesuatu, optimis, memiliki keberanian untuk menentukan dan memutuskan segala sesuatu, tidak dihantui rasa takut dan cemas. Kunci menghadirkan kepercayaan diri yang kuat adalah dengan menumbuhkan keimanan (keyakinan) yang kuat di dalam hati. Orang yang keyakinannya kuat akan selalu percaya diri. Sebaliknya, orang yang memiliki percaya diri yang rendah cenderung memiliki perilaku, tidak mau mencoba suatu hal yang baru, merasa tidak dicintai dan tidak diinginkan, melempar kesalahan pada orang lain.⁵

Pada tingkat SMP, yakni rata-rata usia 12-15 tahun, ciri-ciri pada fase ini ditandai dengan semakin meningkatnya sikap sosial pada anak. Gejala yang dominan pada masa ini adalah kecenderungan untuk bersaing yang berlangsung antara teman sebaya dan lingkungan jenis kelamin yang sama. Pada periode ini ada kesempatan yang sangat baik untuk membantu peserta didik, disamping menguasai ilmu dan teknologi yang sesuai dengan tingkat perkembangan intelektualnya.

Terdapat berbagai macam tingkah laku yang merupakan pencerminan adanya rasa tidak percaya diri, dengan melihat beberapa indikator percaya diri yang dikembangkan dari teori Lindenfield,

1. Komunikasi
2. Ketegasan
3. Penampilan Diri

⁵ Abu Al-Ghifari, “*Percaya Diri Sepanjang Hari*”, (Mujahid : Bandung, 2003), h. 15

4. Pengendalian Perasaan
5. Cinta Diri
6. Pemahaman Diri
7. Tujuan yang Jelas
8. Berfikir Positif.⁶

Lebih lanjut, berdasarkan data awal yang diperoleh di SMP PGRI 6 Bandar Lampung, dengan melihat beberapa indikator percaya diri yang dikembangkan dari teori Lindefield tentang individu yang memiliki percaya diri. Masalah kepercayaan diri yang rendah pada peserta didik ini dapat dilihat dari ciri-ciri atau indikator yang ditemukan dari hasil wawancara dan dokumentasi guru bimbingan dan konseling di SMP PGRI 6 Bandar Lampung. Menurut Tri Oktaningsih S.Pd selaku guru BK di SMP PGRI 6 Bandar Lampung, peserta didik yang masih rendah percaya diri terdapat pada kelas VIII G dengan jumlah populasi sebanyak 30 peserta didik, terlihat ada 10 peserta didik yang mempunyai percaya diri yang rendah.

Berdasarkan hasil pengamatan selama Pra-Penelitian dan wawancara dengan ibu Tri Oktaningsih S.Pd selaku guru Bk di kelas VIII G SMP PGRI 6 Bandar Lampung, menjelaskan, ada 10 peserta didik dengan kepercayaan diri rendah dalam belajar. berikut data percaya diri peserta didik kelas VIII G SMP PGRI 6 Bandar Lampung.

⁶Ni Luh Asri, et. al. *Efektivitas Konseling Behavioral Dengan Teknik Positive Reinforcement Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Dalam Belajar Pada Siswa Kelas Viii Smp Negeri 2 Singaraja* Ejournal Undiksha Jurusan Bimbingan Konseling Volume: Vol: 2. No: 1. Tahun:2014 tersedia di <http://ejournal.undiksha.ac.ai/index.php/JJBK/article/viewfile/3649/2937>

Tabel 1
Data percaya diri rendah kelas VIII A SMP PGRI 6 Bandar Lampung

No	Indikator	Kasus	Peserta didik	Persentase
1.	1. Komunikasi	➤ Tidak berani bertanya dan menyampaikan pendapat saat kegiatan belajar.	10	100%
	2. Ketegasan			
	3. Penampilan Diri	➤ Minder saat bersosialisasi dengan teman-temannya.		
	4. Pengendalian Perasaan			
	5. Cinta Diri	➤ Grogi saat disuruh guru untuk maju kedepan kelas.		
	6. Pemahaman Diri	➤ Terlihat cemas saat diberikan pertanyaan oleh guru.		
	7. Tujuan yang Jelas			
	8. Berfikir Positif			
Jumlah			10	

Sumber : Dokumentasi guru BK tentang kepercayaan diri Peserta didik Kelas VIII SMP PGRI 6 Bandar Lampung tahun ajaran 2017/2018.

Berdasarkan hasil selama Pra-Penelitian dan wawancara dengan Ibu Tri Oktaningsih, S.Pd selaku guru BK, menegaskan ada 10 dari 32 peserta didik dengan kepercayaan diri rendah dikelas VIII G. Dalam penelitian ini *model* yang digunakan adalah *symbolic model* atau model yang dihadirkan melalui media film dan video.

Berdasarkan indikator dan ciri-ciri mengenai percaya diri diatas, jelas bahwa masalah kepercayaan diri penting untuk dibina dan dibimbing melalui program layanan bimbingan disekolah. Membangun percaya diri peserta didik di sekolah tidak terlepas dari bagian dan proses pendidikan yang teratur dan sistematis guna

membantu pertumbuhan peserta didik atas kekuatannya dalam menentukan dan mengarahkan hidupnya sendiri, yang pada akhirnya ia dapat memperoleh pengalaman-pengalaman yang dapat memberikan sumbangan yang berarti bagi masyarakat.

Dampak negatif dari kurangnya percaya diri peserta didik, peserta didik yang kurang percaya diri tampak dengan menurunnya kinerja akademik atau prestasi belajar, menyontek yang merupakan gambaran kurangnya percaya diri pada kemampuannya, tidak adanya keberanian untuk bertanya dan menanggapi penjelasan guru serta gugup ketika berbicara didepan teman-teman sekelas. Untuk menghindari masalah percaya diri maka diperlukan satu alternatif yang tepat dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok, karena kepercayaan diri tidak hanya melibatkan diri sendiri namun melibatkan orang lain agar terjadinya interaksi yang dinamis.

Bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan yang diberikan dalam suasana kelompok. Bimbingan kelompok disekolah merupakan kegiatan informasi kepada sekelompok siswa untuk membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat. Bimbingan kelompok diselenggarakan untuk memberikan informasi yang bedrsifat personal, vokasional, dan sosial.⁷

Penggunaan teknik modeling (*Penokohan*) telah dimulai pada akhir tahun 50-an, meliputi tokoh nyata, tokoh melalui film, tokoh imajinasi (*imajiner*). Beberapa istilah yang digunakan adalah, penokohan (*modeling*), Peniruan (*imitation*), dan

⁷ Prayitno dan Erman amti, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, jakarta, Rineka Cipta, 2013. h. 309-310.

belajar melalui pengamatan (*observational learning*). Penokohan istilah yang menunjukkan terjadinya proses belajar yang melalui pengamatan terhadap orang lain dan perubahan terjadi melalui peniruan. Peniruan menunjukkan bahwa perilaku orang lain yang diamati, yang ditiru, lebih merupakan peniruan terhadap apa yang dilihat dan diamati. Proses belajar melalui pengamatan menunjukkan terjadinya proses belajar setelah mengamati perilaku pada orang lain.⁸

Banyak perilaku manusia dibentuk dan dipelajari melalui model, yaitu dengan mengamati dan meniru perilaku orang lain untuk membentuk perilaku baru dalam dirinya. Secara sederhana prosedur dasar modeling adalah menunjukkan perilaku seseorang atau perilaku beberapa orang kepada subyek yang ditiru. Pada anak normal proses peniruan dapat dilakukan dengan mudah. Namun demikian, pada subjek yang karena beberapa sebab, tidak dapat mencontoh dan meniru teladan yang ada. Misalnya anak-anak lemah mental berat, penderita autisme.

Dalam upaya untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik, peneliti akan meningkatkan kepercayaan diri peserta didik melalui layanan “Teknik *Modeling* Dalam Bimbingan Kelompok.” Dikaitkan dengan jurnal hasil penelitian sebelumnya, yaitu penelitian yang dilakukan oleh Sutisna “Peningkatan Kepercayaan Diri Siswa Melalui Strategi Layanan Bimbingan Kelompok Studi Eksperimen di SMAN 16 Bandung”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kepercayaan diri siswa SMAN 16 Bandung kelas X tahun pelajaran 2009/2010 yang berada pada kategori rendah dan

⁸Gantina Komalasari dan Eka Wahyuni, *Teori dan Teknik Konseling*, (Jakarta Barat : Indeks Penerbit, 2011), h. 176

sedang, dapat meningkat setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok. Tingkat kepercayaan diri siswa dapat meningkat 10, 20% setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok. Berdasarkan hasil uji dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa SMAN 16 Bandung kelas X tahun pelajaran 2009/2010.

Didukung oleh hasil penelitian Widyowati pada tahun 2006 yang berjudul “Meningkatkan Kepercayaan Diri Melalui Modelling Penelitian Pada Siswa Kelas X SMU N 2 Surabaya Tahun Ajaran 2006/2007”(Widyowati, 2007, halaman 3). Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan tingkat kepercayaan diri, baik secara batin, lahir dan spiritual. Beberapa penelitian terdahulu yang tercantum diatas mendukung dan memperkuat penelitian yang akan dilaksanakan. Dari penelitian terdahulu dapat diasumsikan bahwa kepercayaan diri dapat ditingkatkan melalui layanan teknik modeling dalam bimbingan kelompok. Sesuai dengan latar belakang di atas maka permasalahan dalam penelitian tentang “Teknik Modeling Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Peserta Didik Kelas VIII G SMP PGRI 6 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018.”

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka permasalahan dalam penelitian ini adalah peserta didik yang kurang percaya diri, hal ini dapat diidentifikasi sebagai berikut.

1. Terdapat peserta didik yang tidak berani bertanya dan menyampaikan pendapat.
2. Terdapat peserta didik yang minder saat bersosialisasi dengan teman-temannya.
3. Terdapat peserta didik yang terlihat cemas saat diberikan pertanyaan oleh guru.
4. Belum diterapkannya teknik *modeling* dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik kelas VIII G SMP PGRI 6 Bandar Lampung.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah diatas, maka pembatasan masalah dalam penelitian ini adalah “Teknik *modeling* dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik kelas VIII G SMP PGRI 6 Bandar Lampung tahun pelajaran 2017/2018.”

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka dalam penelitian ini masalahnya “kurang percaya diri”. Dan rumusan permasalahannya yaitu, Apakah layanan *teknik modeling* dalam bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik di SMP PGRI 6 kelas VIII G ?

E. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan perumusan yang telah dikemukakan diatas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bahwa layanan teknik *modeling* dalam bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik kelas VIII G SMP PGRI 6 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018.

2. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Secara teoritis hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya konsep-konsep bimbingan, khususnya bimbingan kelompok mengenai upaya meningkatkan percaya diri peserta didik.

b. Manfaat Praktis

Secara praktis penelitian ini dapat dijadikan sebagai suatu sumbangan informasi, pemikiran bagi peserta didik, orang tua, guru pembimbing dan tenaga kependidikan lainnya dalam meningkatkan percaya diri peserta didik.

F. Penelitian Relevan

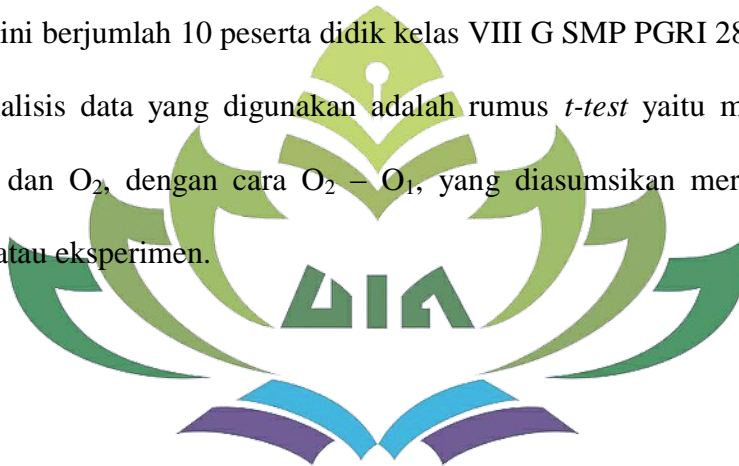
Penelitian Sutisna ”Peningkatan Kepercayaan Diri Siswa Melalui Strategi Layanan Bimbingan Kelompok Studi Eksperimen di SMAN 16 Bandung”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kepercayaan diri siswa SMAN 16 Bandung kelas X tahun pelajaran 2009/2010 yang berada pada kategori rendah dan sedang, dapat meningkat setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok. Tingkat kepercayaan diri siswa dapat meningkat 10,20% setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok. Berdasarkan hasil uji dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa SMAN 16 Bandung kelas X tahun pelajaran 2009/2010.

Widyowati pada tahun 2006 yang berjudul “Meningkatkan Kepercayaan Diri Melalui Modelling (Penelitian Pada Siswa Kelas X SMU N 2 Surabaya Tahun Ajaran 2006/2007)”. Hasil penelitian menunjukan adanya peningkatan tingkat kepercayaan diri, baik secara batin, lahir dan spiritual.

Selanjutnya, Skripsi Rosmalia pada 2016 yang berjudul “Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Diskusi Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Peserta Didik Kelas VII MTsN 2 Lampung Selatan”. Dalam penelitian ini bentuk desain yang digunakan adalah One-group Pretest-Post-test Design, subyek dalam penelitian diberikan instrument dua kali yaitu sebelum dilakukan perlakuan (Pretest) dan sesudah diberikan perlakuan (Post-test). Gambaran hasil belajar pada peserta didik kelas VII MTsN 2 Lampung Selatan bahwa terdapat peningkatan rata-rata percaya diri dari 80.7 menjadi 102.8 yang artinya peserta didik telah menunjukan percaya diri

yang cukup baik dengan ditandai perilaku pada kategori ini peserta didik dapat terlihat percaya diri namun belum melaksanakan kepercayaan tersebut secara terus menerus.⁹

Adapun yang membedakan dengan penelitian yang peneliti lakukan, penelitian ini merupakan jenis penelitian *pre-eksperimen* dengan rancangan penelitian *pre-test post test one group design*. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah angket kepercayaan diri dalam belajar yang disesuaikan dari teori lindenfield. Subjek penelitian ini berjumlah 10 peserta didik kelas VIII G SMP PGRI 28 Bandarlampung. Teknik analisis data yang digunakan adalah rumus *t-test* yaitu mencari perbedaan antara O_1 dan O_2 , dengan cara $O_2 - O_1$, yang diasumsikan merupakan efek dari treatment atau eksperimen.



⁹ Rosmalia, Layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi dalam meningkatkan rasa percaya diri peserta didik kelas VII MTsN2 Lampung Selatan, (*Skripsi bimbingan dan konseling fak. Tarbiyah IAIN Lampung, 2016*).

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Teknik Modeling

1. Pengertian Teknik Modeling

Teori modeling merupakan teori yang dikemukakan oleh Albert Bandura. Yang mempunyai anggapan bahwa perubahan tingkah laku manusia tidak semata-mata dipengaruhi oleh lingkungan saja, tetapi tingkah laku, lingkungan dan pribadi saling mempengaruhi.¹

Penggunaan teknik modeling (*Penokohan*) telah dimulai pada akhir tahun 50-an, meliputi tokoh nyata, tokoh melalui film, tokoh imajinasi (*imajiner*). Beberapa istilah yang digunakan adalah, penokohan (*modeling*), Peniruan (*imitation*), dan belajar melalui pengamatan (*observational learning*). Penokohan istilah yang menunjukkan terjadinya proses belajar yang melalui pengamatan terhadap orang lain dan perubahan terjadi melalui peniruan. Peniruan menunjukkan bahwa perilaku orang

¹ Diantini Nur Faridah, "Efektifitas Teknik Modeling melalui Konseling Kelompok untuk meningkatkan karakter rasa hormat peserta didik". *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, Vol. 05 No. 01, 2015 (Juni 2017), h. 11.

lain yang diamati, yang ditiru, lebih merupakan peniruan terhadap apa yang dilihat dan diamati. Proses belajar melalui pengamatan menunjukkan terjadinya proses belajar setelah mengamati perilaku pada orang lain.² Menurut Bandura dalam Alwisol, teknik modeling bukan sekedar menirukan atau mengulangi apa yang dilakukan orang model (orang lain), tetapi modeling melibatkan penambahan dan atau pengurangan tingkah laku yang teramati, menggenalisis berbagai pengamatan sekaligus dan melibatkan proses kognitif.³

Banyak perilaku manusia dibentuk dan dipelajari melalui model, yaitu dengan mengamati dan meniru perilaku orang lain untuk membentuk perilaku baru dalam dirinya. Secara sederhana prosedur dasar modeling adalah menunjukkan perilaku seseorang atau perilaku beberapa orang kepada subyek yang ditiru. Pada anak normal proses peniruan dapat dilakukan dengan mudah. Namun demikian, pada subjek yang karena beberapa sebab, tidak dapat mencontoh dan meniru teladan yang ada.

Berdasarkan definisi dari berbagai ahli diatas, menunjukkan bahwa sebenarnya tingkah laku manusia tidak hanya dipengaruhi proses belajar dari lingkungan tetapi juga dapat melalui pengamatan langsung terhadap tingkah laku orang lain. Maka dapat disimpulkan bahwa tingkah laku baru dapat dipelajari dan diperoleh dengan jalan mengamati baik langsung maupun tidak langsung dengan mengamati tingkah laku orang lain sekaligus dengan konsekuensinya.

²Gantina Komalasari dan Eka Wahyuni, *Teori dan Teknik Konseling*, (Jakarta Barat : indeks penerbit, 2011), h. 176

³ Sofwan Adiputra, "Penggunaan teknik modeling terhadap perencanaan karir siswa", *Jurnal fokus konseling*, Vol. 1 No. 1 (Juni 2017), h. 51.

2. Tujuan *Modeling*

Penggunaan teknik disesuaikan dengan kebutuhan ataupun permasalahan klien. Tujuan digunakannya teknik ini beberapa diantaranya yaitu:

- a. Membantu individu mengatasi fobia, penderita ketergantungan atau kecanduan obat-obatan atau alkohol.
- b. Membantu menghadapi penderita gangguan kepribadian yang berat seperti psikosis.
- c. Untuk perolehan tingkah laku sosial yang lebih adaptif.
- d. Agar konseli bisa belajar sendiri menunjukkan perbuatan yang dikehendaki tanpa harus belajar lewat *trial and error*.
- e. Membantu konseli untuk merespon hal-hal baru.
- f. Melaksanakan tekun respon-respon yang semula terhambat/terhalang.
- g. Mengurangi respon-respon yang tidak layak.⁴

Menurut Willis, tujuan *modeling* yaitu :

- a. Menghilangkan perilaku tertentu.
- b. Membentuk perilaku baru.⁵

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik *modeling* bertujuan untuk menghilangkan perilaku negatif, seperti tidak percaya diri dalam belajar, tidak memiliki tanggung jawab dalam belajar, tidak memiliki inisiatif dalam belajar dan tidak memiliki kedisiplinan dalam belajar, yang kemudian membentuk perilaku baru yang positif.

⁴Ayu Sri Juniarsih, dkk, “*Penerepan Konseling Behavioral dengan Teknik Modeling untuk Meningkatkan Emotional Intelligence Siswa Pada Kelas X API SMK Negeri 1 Seririt Kabupaten Buleleng*”, (Singaraja: Universitas Pendidikan Ganesha, 2012), diunduh 23 Maret 2017, pukul 11.30 WIB.

⁵Ayu Sri Juniarsih, dkk, *Ibid*

3. Jenis - Jenis Modeling

Modeling merupakan belajar melalui observasi dengan menambahkan atau mengurangi tingkah laku yang teramati, menggeneralisasi berbagai pengamatan sekaligus, melibatkan proses kognitif. Terdapat beberapa tipe modeling yaitu:

- a. *live modeling with partisipan*, dengan menghadirkan model secara langsung, misalnya konselor ingin membantu anak agar percaya diri ketika bertemu dengan lawan jenis, maka tugas terapi mencari model yang akan dijadikan objek pengamatan bagi klien, kemudian klien mengamati model tersebut secara langsung.
- b. *symbolic model*, penokohan menggunakan symbol seperti film, dan audio visual. Diharapkan dengan melihat film, klien dapat menirunya melalui model tokohnya, tetapi perlu adanya pendampingan dari konselor dimaksudkan agar tujuan yang diinginkan tercapai.
- c. *multiple model*, terjadi dalam kelompok, seorang anggota mengubah sikap dan mempelajari sikap baru setelah mengamati anggota lain bagaimana anggota-anggota lain dalam kelompoknya bersikap. Ini adalah salah satu efek yang diperoleh secara tidak langsung pada seseorang yang mengikuti terapi kelompok.⁶

4. Hal-hal yang Perlu Diperhatikan Dalam Menentukan Model

- a. Ciri model seperti usia, status sosial, jenis kelamin, keramahan, dan kemampuan penting dalam meningkatkan imitasi.
- b. Anak pada masa sekolah lebih senang meniru model seusianya daripada model dewasa.
- c. Peserta didik cenderung meniru model yang standar prestasinya dalam jangkauanya.
- d. Anak cenderung mengimitasi model yang hangat dan terbuka.⁷

⁶ A. Febi Yanto, "Meningkatkan Kepercayaan Diri Melalui Modelling Penelitian Pada Siswa Kelas X SMU N 1 Semarang". *Disertai Program Sarjana Pendidikan UNNES*, Semarang, 2009.(Juni 2017), h. 34

⁷ Ahmad Faizin, Terapi behavior dengan teknik modeling untuk meningkatkan kemandirian remaja di desa ngayung kecamatan maduran kabupaten lamong, *Skripsi BKI UIN Sunan Ampel Surabaya*, 2017, (Oktober 2017), h. 35

5. Prinsip-prinsip *Modeling*

Ada beberapa prinsip modeling, diantaranya adalah sebagai berikut:

- a. belajar bisa diperoleh melalui pengalaman langsung dan tidak langsung dengan mengamati tingkah laku orang lain berikut dengan konsekuensinya.
- b. kecakapan sosial tertentu bisa dihapus dengan mengamati orang lain yang mendekati obyek atau situasi yang ditakuti tanpa mengalami akibat menakutkan dengan tindakan yang dilakukan.
- c. pengendalian diri dipelajari melalui pengamatan atas model yang dikenai hukuman.
- d. status kehormatan model sangat berarti.
- e. individu mengamati seorang model dan dikuatkan untuk mencontoh tingkah laku model.
- f. model dapat dilakukan dengan model simbol melalui film dan alat visual lain.
- g. pada bimbingan kelompok terjadi model ganda karena peserta bebas meniru perilaku pemimpin kelompok atau peserta lain.
- h. prosedur modeling dapat menggunakan berbagai teknik dasar modifikasi perilaku.⁸

6. Langkah-Langkah Dalam Teknik Modeling

Ada beberapa langkah yang dilaksanakan dalam proses modeling diantaranya adalah.

- a. menetapkan bentuk penokohan (*live model*, *symbolic model*, *multiple model*).
- b. pada *live model*, pilih model yang bersahabat atau teman sebaya konseli yang memiliki kesamaan seperti : usia, status ekonomi, dan penampilan fisik. Hal ini penting terutama bagi anak-anak.
- c. bila mungkin gunakan lebih dari satu model.
- d. kompleksitas perilaku yang dimodelkan harus sesuai dengan tingkat perilaku konseli.
- e. kombinasikan modeling dengan aturan, intruksi dan penguatan.
- f. pada saat konseli memperhatikan penampilan tokoh berikan penguatan alamiah.
- g. bila mungkin buat desain pelatihan untuk konseli menirukan model secara tepat, sehingga akan mengarahkan konseli pada penguatan alamiah. Bila

⁸Gantina Komalasari dan Eka Wahyuni, *Op. Cit*, h. 177.

tidak maka buat perencanaan pemberian penguatan untuk setiap penirauan tingkah laku yang tepat.

- h. bila perilaku bersifat kompleks, maka tahapan modeling dilakukan mulai dari yang paling mudah ke yang lebih sukar.
- i. skenario modeling harus dibuat realistik.
- j. melakukan pemodelan dimana tokoh menunjukkan perilaku yang tidak menimbulkan rasa takut bagi konseli (dengan sikap manis, perhatian, bahasa yang lembut dan perilaku yang menyenangkan konseli).⁹

7. Prosedur Modeling

Menurut Bandura, orang dapat mempelajari respon baru melalui permodelan dengan cara mengobservasi baik secara langsung maupun tidak langsung sehingga membentuk tingkah laku baru. Orang dapat memperoleh tingkah laku baru tingkah laku baru dengan mengamati model secara langsung atau melalui symbol seperti film, audio visual. Pada saat melakukan permodelan diawali dengan observasi terhadap model yang dipilihnya. Hasil dari kita melakukan observasi dapat berupa kata-kata, sikap dan tingkah laku dari model.

- a. Perhatian (*attention*), yang artinya individu memperhatikan seperti apa perilaku atau tindakan-tindakan yang dilakukan oleh orang yang akan ditiru.
- b. Reprerentasi (*retention*), dilakukan setelah mengamati perilaku yang akan ditiru dan menyimpan setiap informasi yang didapat dalam ingatan, kemudian mengeluarkan ingatan tersebut saat diperlukan.
- c. Produksi Perilaku (*reproduction*), hal ini dapat menegaskan bahwa kemampuan motorik seseorang juga mempengaruhi kemungkinan seseorang meniru suatu perilaku yang dilihat baik secara keseluruhan atau hanya sebagian.
- d. Motivasi (*Motivation*), penguatan ini sangat penting karena dapat menentukan seberapa amampu individu akan melakukan peniruan tersebut, namun penguatannya dari segi motivasi yang dapat memacu keinginan individu tersebut untuk memenuhi tahapan belajarnya.¹⁰

⁹ Gantina Komalasari dan Eka Wahyuni, *Op. Cit.* h. 179-180.

¹⁰ Dianti Nur Faridah, *Op. Cit.* (Juni 2017), h. 57

8. *Modeling* (Keteladanan) Menurut Pandangan Islam

Katakanlah kepada mereka “Apabila kamu menghendaki taat kepada Allah dan mengharapkan amal perbuatan bisa mendekatkan diri pada-Nya dengan harapan mendapatkan pahala dari sisi-Nya, maka ikutilah aku dengan cara mengerjakan apa yang diturunkan oleh-Nya melalui wahyu pada-Ku. Allah pasti ridha pada kalian, dan Allah pasti mengampuni perbuatan-perbuatan jelek dan *I'tikad* batil. Allah pasti mengembalikan kamu pada sisi-Nya yang suci. Dalam mengikuti pengertian, terkandung *I'tikad* yang benar dan amal saleh. Kedua hal tersebut dapat melenyapkan bekas-bekas perbuatan maksiat dan kejelekan dari dalam jiwa, Keduanya dapat pula menghapus gelapnya kebatilan dari dalam jiwa dan mengantarkan pada maghfirah dan ridha-Nya. Dalam firman Nya yang tersirat dalam Al-qur’ansurat Al-azhab ayat 21.

لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُوا اللَّهَ وَالْيَوْمَ الْآخِرَ وَذَكَرَ
 اللَّهُ كَثِيرًا

Artinya "*Sesungguhnya telah ada pada (diri) Rasulullah itu suri teladan yang baik bagimu (yaitu) bagi orang yang mengharap (rahmat) Allah dan (kedatangan) hari kiamat dan dia banyak menyebut Allah.*" (Q.S Al-azhab: 21).¹¹

¹¹ Al-Quran dan Terjemahnya, Diponegoro, Bandung, h. 17

Dalam ayat ini Allah memperingatkan orang-orang munafik bahwa sebenarnya mereka dapat memperoleh teladan yang baik dari Nabi SAW. Rasulullah adalah seorang yang kuat imannya, berani, sabar dan tabah menghadapi segala macam cobaan, percaya sepenuhnya kepada segala ketentuan Allah, dan mempunyai akhlak yang mulia. Jika mereka bercita-cita ingin menjadi manusia yang baik, berbahagialah hidup didunia dan akhirat, tentulah mereka akan mencontoh dan mengikutinya, akan tetapi perbuatan dan tingkah laku mereka menunjukkan bahwa mereka tidak mengharapkan keridhaan Allah dan segala macam bentuk kebahagiaan hakiki itu.

Dalam ayat Al-Imran ayat 31 juga menjelaskan tentang suri tauladan Nabi Muhammad SAW,



Artinya :*“Katakanlah : Jika kamu (benar-benar) mencintai Allah, ikutilah aku, niscaya Allah mengasihi dan mengampuni dosa-dosamu.” Allah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang “.(Q.S Ali-Imran: 31).*¹²

Dalam ayat ini Allah menjelaskan bahwa jalan untuk mendapatkan kasih-Nya ialah dengan mengikuti Rasulullah SAW, melaksanakan segala perintah-Nya serta

¹² Al-Quran dan Terjemahnya, *Op. Cit*, h. 51

menjauhi segala larangan-Nya dengan demikian, seseorang berhak mendapatkan kasih dan ampunan atas dosa-dosanya.

B. Bimbingan Kelompok

1. Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok

Bimbingan adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh orang yang ahli kepada seseorang atau beberapa orang individu, baik anak-anak, remaja, atau orang dewasa, agar orang yang dibimbing dapat mengembangkan kemampuan dirinya sendiri dan mandiri dengan memanfaatkan kekuatan individu dan sarana yang ada dan dapat dikembangkan berdasarkan norma-norma yang berlaku. Prayitno menjelaskan bahwa, bimbingan kelompok diartikan sebagai upaya untuk membimbing kelompok-kelompok siswa agar kelompok itu menjadi besar, kuat, dan mandiri dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk mencapai tujuan-tujuan dalam bimbingan konseling.¹³ Bimbingan kelompok disekolah merupakan kegiatan informasi kepada sekelompok peserta didik untuk membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat. Bimbingan kelompok diselenggarakan untuk memberikan informasi yang bersifat personal, vokasional, dan sosial.¹⁴

Maka berdasarkan pengertian bimbingan kelompok tersebut maka dapat

¹³ Lestari, et. al. "Peningkatan percaya diri siswa menggunakan layanan bimbingan kelompok melalui pendekatan person centered". *Prosiding seminar bimbingan dan konseling*, Vol. 1 No. 1 (Juni 2017), h. 3.

¹⁴ Prayitno, Erman Amti, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta : Renika Cipta, 2009) h. 309-310.

disimpulkan bahwa bimbingan kelompok adalah proses pemberian bantuan yang diberikan kepada individu atau peserta didik guna untuk mengembangkan potensi yang ada pada dirinya secara maksimal dengan memberikan informasi, diskusi, dan tanya jawab dengan memanfaatkan dinamika kelompok.

2. Tujuan Bimbingan Kelompok

Dalam melakukan segala aktifitasnya setiap manusia pasti memiliki tujuan-tujuan yang ingin dicapai, termasuk juga dengan bimbingan kelompok memiliki tujuan-tujuan yang ingin dicapai dalam pelaksanaannya.

a. Tujuan Umum

Secara umum layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk pengembangan kemampuan bersosialisasi, khususnya kemampuan berkomunikasi peserta layanan (siswa).

“Layanan bimbingan kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa, khususnya kemampuan komunikasi peserta layanan. Dalam kaitannya, sering menjadi kenyataan bahwa kemampuan bersosialisasi/berkomunikasi seseorang sering terganggu oleh perasaan, pikiran, persepsi, wawasan, dan sikap yang tidak objektif, sempit dan terkukung serta tidak efektif”.¹⁵

b. Tujuan Khusus

Bimbingan kelompok bermaksud membahas topik-topik tertentu yang mengandung permasalahan aktual (hangat) dan menjadi perhatian peserta. Melalui dinamika kelompok yang intensif, pembahasan topik-topik itu mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap

¹⁵Prayitno, *Op. Cit*, h. 2-3.

yang menunjang diwujudkannya tingkah laku yang lebih efektif. Dalam hal ini kemampuan berkomunikasi, verbal maupun non-verbal ditingkatkan.

“Tujuan bimbingan kelompok adalah agar orang yang dilayani mampu mengatur kehidupannya sendiri, memiliki pandangan sendiri dan berani menanggung sendiri efeknya, serta konsekuensi dari segala tindakannya dan untuk menunjang perkembangan intelektual dan sosial anggota kelompok”.¹⁶

Kesuksesan bimbingan kelompok sangat dipengaruhi oleh sejauh mana keberhasilan tujuan yang akan dicapai dalam bimbingan kelompok yang diselenggarakan. Dari pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok memiliki tujuan sebagai berikut:

- 1) berkembangnya kemampuan sosialisasi anggota kelompok.
- 2) berkembangnya kemampuan intelektual anggota kelompok.
- 3) mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan, dan sikap yang dimiliki anggota kelompok.
- 4) mewujudkan tingkah laku siswa yang lebih efektif.
- 5) mampu berbicara didepan orang banyak.
- 6) belajar menghargai pendapat orang lain.
- 7) mampu mengendalikan diri dan menahan emosi(gejolak kejiwaan yang bersifat negatif).

¹⁶Sitti Hartinah, *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok*, (Bandung: Refika Aditama, 2009), h. 157-158

3. Asas-asas Bimbingan Kelompok

Dalam pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok terdapat asas-asas yang diperlukan untuk memperlancar kegiatan bimbingan kelompok sehingga mencapai tujuan yang diharapkan, asas-asas tersebut yakni:

- a. asas Kerahasian, yaitu para anggota harus menyimpan dan merahasiakan informasi apa yang dibahas dalam kelompok, terutama hal-hal yang tidak layak diketahui orang lain.
- b. asas Keterbukaan, yaitu para anggota bebas dan terbuka mengemukakan pendapat, ide, saran, tentang apa saja yang dirasakan dan dipikirkannya tanpa adanya rasa malu dan ragu-ragu.
- c. asas Kesukarelaan, yaitu semua anggota dapat menampilkan diri secara spontan tanpa malu atau dipaksa oleh teman lain atau pemimpin kelompok.
- d. asas Kenormatifan, yaitu semua yang dibicarakan dalam kelompok tidak boleh bertentangan dengan norma-norma dan kebiasaan yang berlaku.
- e. asas Kegiatan, yaitu partisipasi semua anggota kelompok dalam mengemukakan pendapat sehingga cepat tercapainya tujuan bimbingan kelompok.¹⁷

Dari pendapat diatas dapat disimpulkan bimbingan kelompok terdapat asas-asas yang diperlukan untuk memperlancar pelaksanaan dan lebih menjamin keberhasilan kegiatan bimbingan kelompok sehingga mencapai tujuan yang diharapkan. Dimana setiap anggota kelompok berpartisipasi aktif dalam kegiatan, bersikap terbuka dan sukarela dalam mengemukakan pendapat, menjunjung tinggi kerahasiaan tentang yang dibicarakan dalam kelompok, dan bertindak sesuai dengan aturan yang telah disepakati.

¹⁷Prayitno, *Op. Cit*, h. 197.

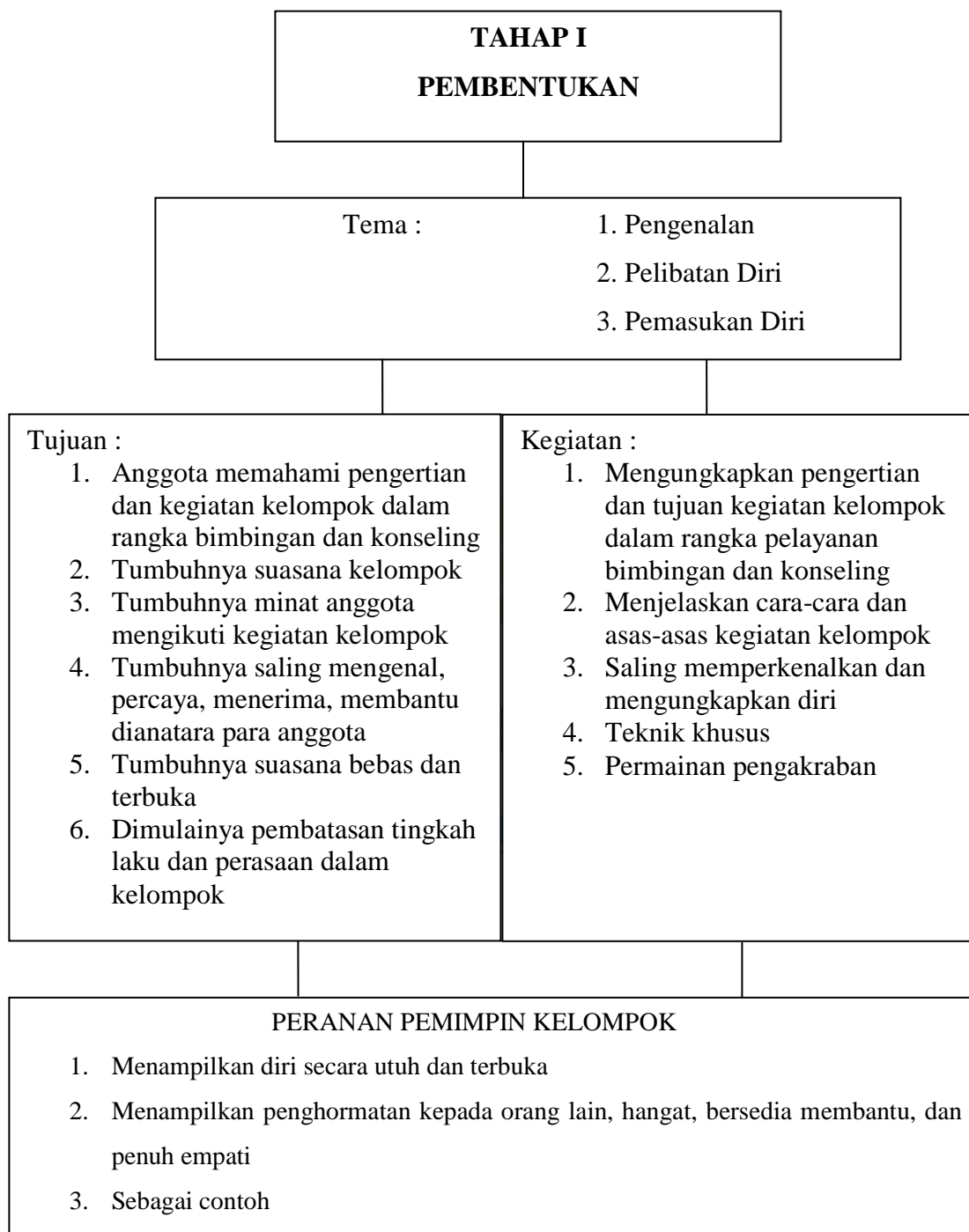
4. Tahap-tahap Pelaksanaan Bimbingan Kelompok

Di dalam pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok terdapat 4 tahap, yaitu : tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan, dan tahap pengakhiran. Menurut Prayitno, tahap-tahap bimbingan kelompok adalah sebagai berikut.

a. Tahap pembentukan

Tahap ini merupakan tahap pengenalan, tahap pelibatan diri atau tahap memasukan diri kedalam kehidupan suatu kelompok. Pada tahap ini pada umumnya para anggota saling memperkenalkan diri dan juga mengungkapkan tujuan ataupun harapan-harapan masing-masing anggota. Pemimpin kelompok menjelaskan cara-cara dan asas-asas kegiatan bimbingan kelompok. Selanjutnya pemimpin kelompok mengadakan permainan untuk mengakrabkan masing-masing anggota sehingga menunjukkan sikap hangat, tulus dan penuh empati.¹⁸

¹⁸Prayitno, *Ibid*, h. 37.



Gambar 1 Tahap Pembentukan Bimbingan Kelompok¹⁹

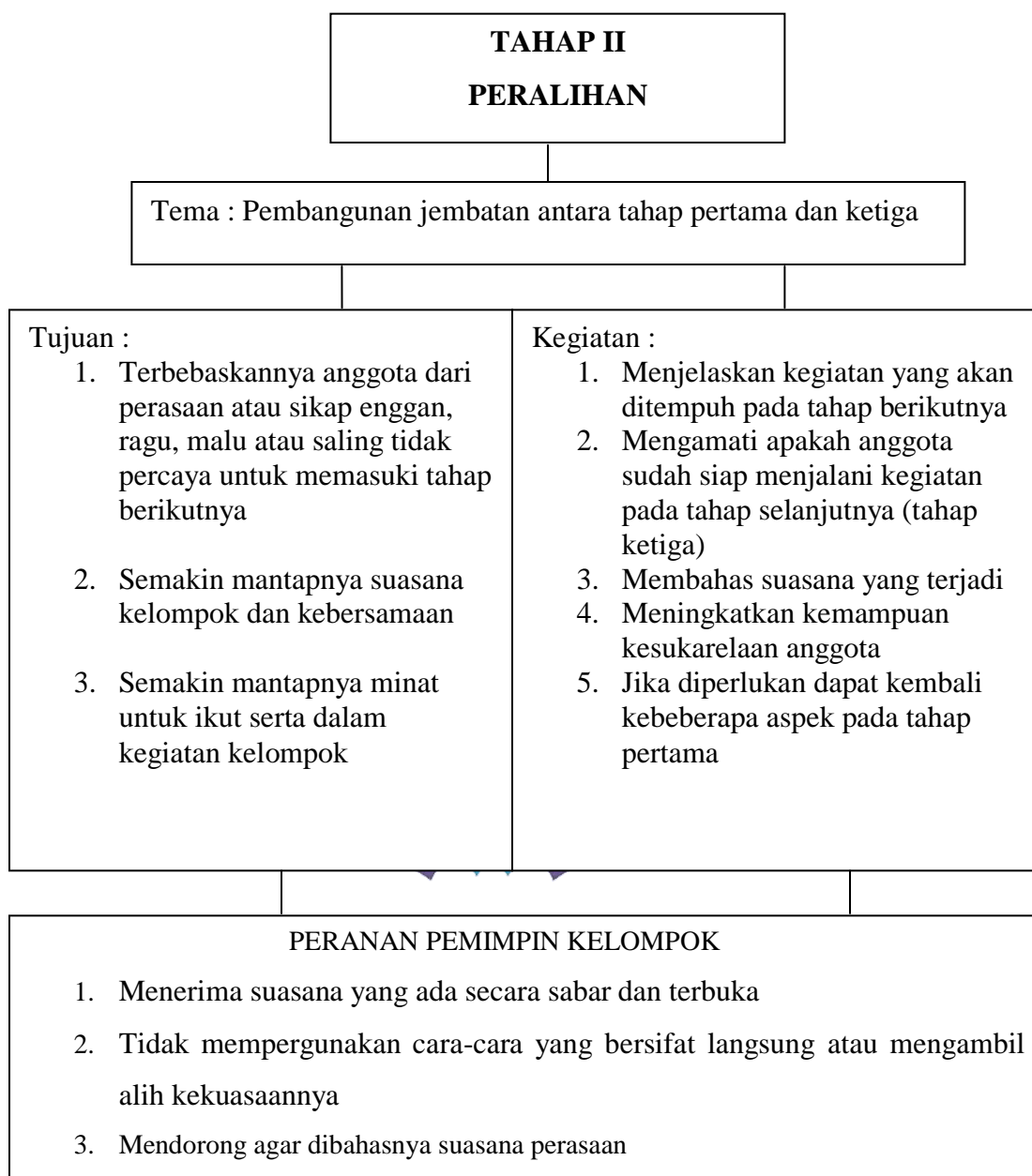
¹⁹Sitti Hartinah, *Op. Cit.* h. 135

b. Tahap Peralihan

Sebelum melangkah lebih lanjut ketahap kegiatan kelompok yang sebenarnya, pemimpin kelompok menjelaskan apa yang akan dilakukan oleh anggota kelompok pada tahap kegiatan lebih lanjut dalam kegiatan kelompok. Pemimpin kelompok menjelaskan peranan anggota kelompok dalam kegiatan, kemudian menawarkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya. Tahap kedua merupakan “jembatan” antara tahap pertama dan ketiga. Beberapa hal pokok yang telah diuraikan pada tahap pertama seperti tujuan dan asas-asas kegiatan kelompok ditegaskan dan dimantapkan kembali, sehingga anggota kelompok telah benar benar siap melaksanakan tahap bimbingan kelompok selanjutnya.²⁰



²⁰Prayitno, *Op. Cit*, h. 37.



Gambar 2 Tahap Peralihan Bimbingan Kelompok²¹

²¹Sitti Hartinah, *Op. Cit*, h. 139.

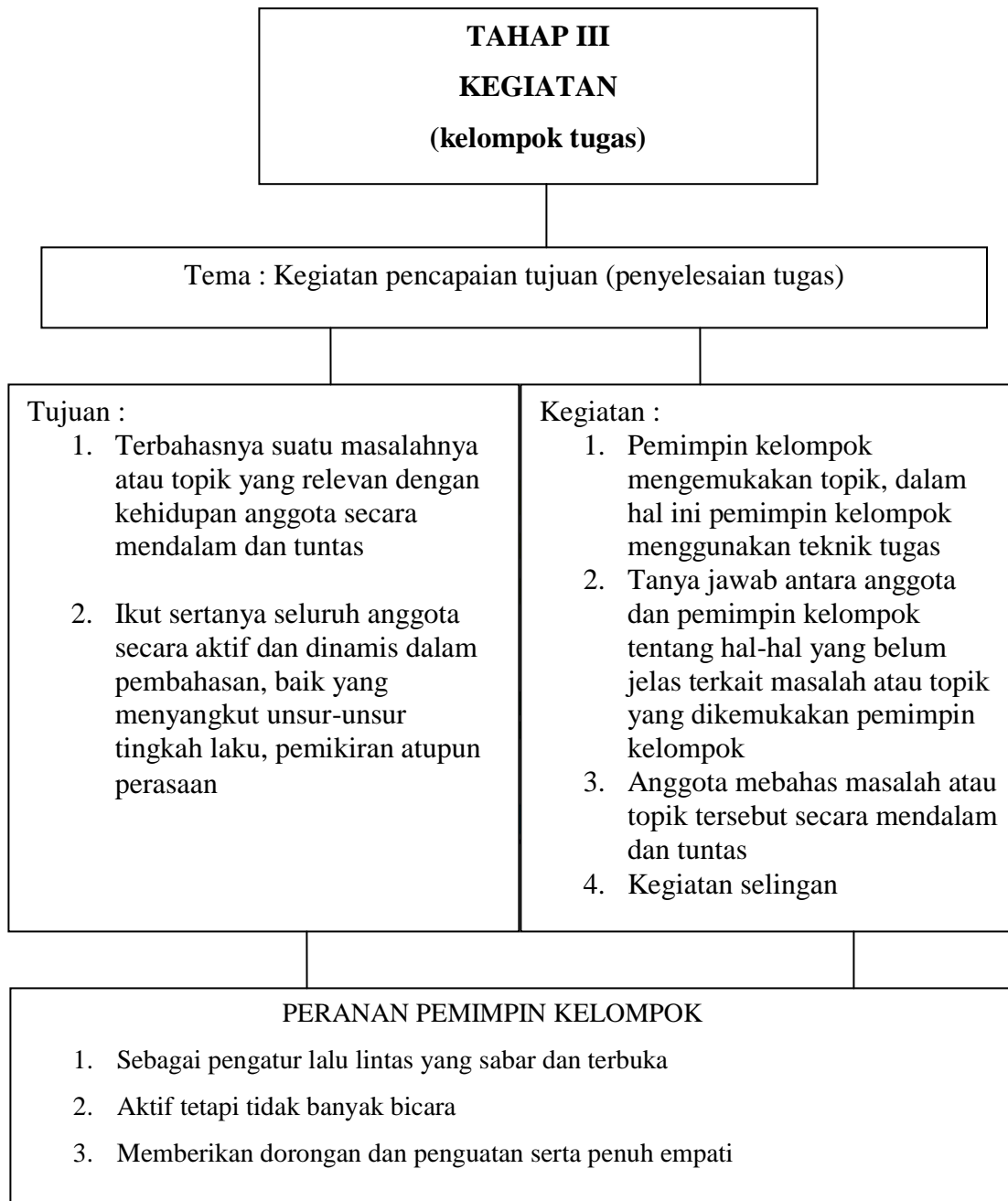
c. Tahap Kegiatan

Tahap ini merupakan kehidupan yang sebenarnya dari kelompok. Kegiatan kelompok pada tahap ini tergantung pada hasil dari dua tahap sebelumnya. Jika dua tahap sebelumnya berlangsung dengan baik, maka tahap ketiga ini maka akan berhasil. Layanan bimbingan kelompok ini dijalankan dengan kegiatan “kelompok tugas”. Sebagaimana yang dijelaskan oleh Prayitno :

bahwa kegiatan kelompok “tugas” pada umumnya membahas permasalahan atau topik-topik umum yang tidak menyangkut pribadi-pribadi tertentu. Oleh karena “kelompok tugas” tidak menekankan kegiatannya pada pemecahan masalah-masalah pribadi para anggota kelompok, maka menurut isi pembahasannya “kelompok tugas” dikategorikan kepada “bimbingan kelompok”.²²



²²Prayitno, *Op. Cit*, h. 22.



Gambar 3 Tahap Kegiatan Dalam Bimbingan Kelompok²³

²³Sitti Hartinah, *Op. Cit*, h. 150.

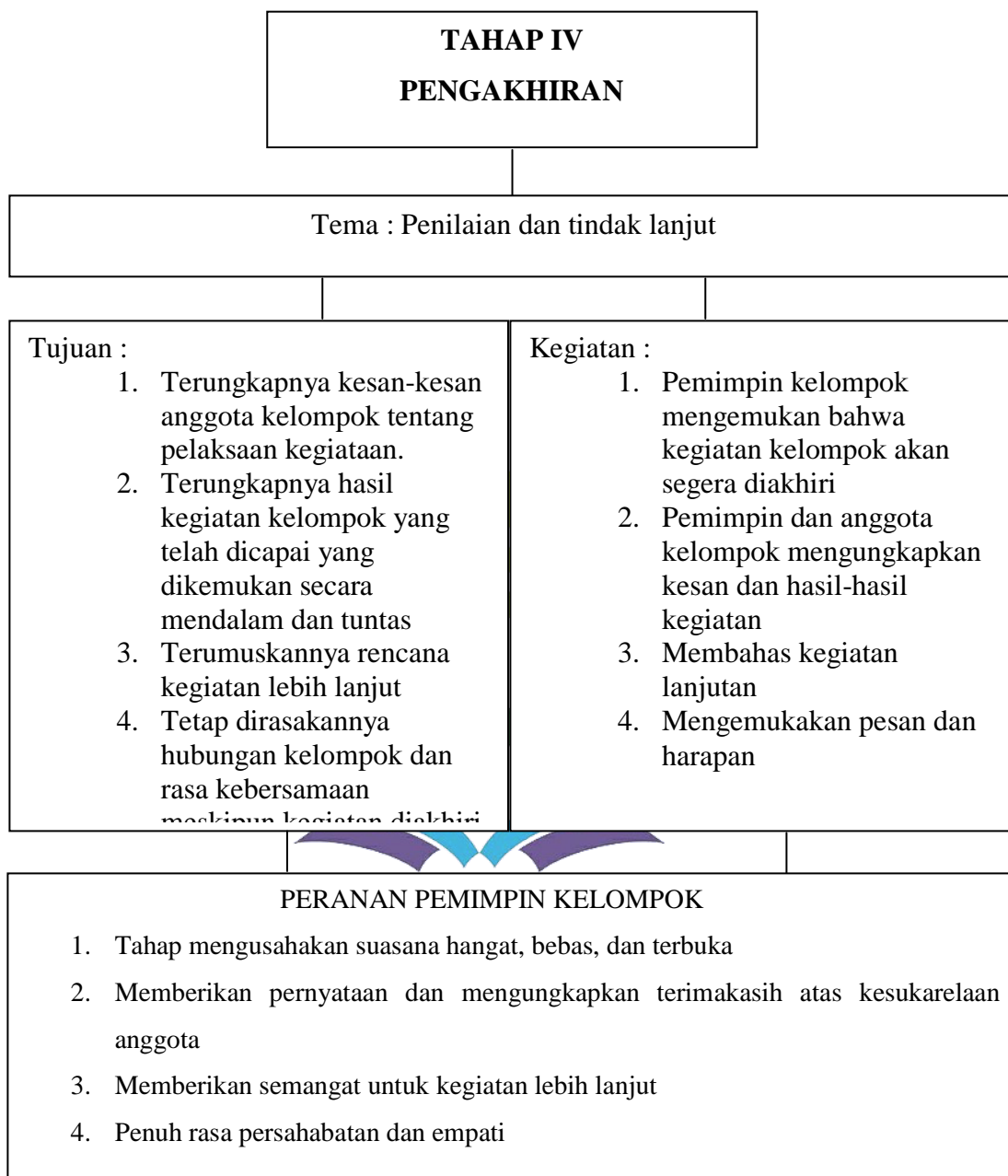
d. Tahap Pengakhiran

Pada tahap ini merupakan tahap penghujung atau akhir dari kegiatan. Dalam pengakhiran ini terdapat kesepakatan antar anggota kelompok apakah kelompok akan melanjutkan kegiatan atau tidak, jika akan dilanjutkan kapan dan dimana tempat bertemu kembali untuk melakukan kegiatan ini.²⁴

Pada tahap pengakhiran bimbingan kelompok, pokok perhatian utama bukan pada beberapa kali kelompok harus bertemu, tetapi pada hasil yang telah dicapai oleh kelompok. Kegiatan kelompok sebelumnya dan hasil-hasil yang dicapai seyogyanya mendorong kelompok itu harus melakukan kegiatan, sehingga tujuan bersama tercapai secara penuh.



²⁴Prayitno, *Op. Cit*, h. 39.



Gambar 4 Tahap Pengakhiran Dalam Bimbingan Kelompok²⁵

²⁵Sitti Hartinah, *Op. Cit.*, h. 158.

5. Model Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan *Modeling* untuk Meningkatkan Percaya Diri Peserta Didik

Ada beberapa cara membangun rasa percaya diri melalui bimbingan kelompok. Kegiatan dalam bimbingan kelompok terdapat proses komunikasi dan interaksi. Para anggota kelompok akan membahas topik-topik umum dimana masing-masing anggota kelompok di dalamnya saling mengemukakan pendapat, memberikan saran maupun ide-ide, menanggapi, dan menciptakan dinamika kelompok dengan memanfaatkan proses kelompok seperti berkomunikasi dan interaksi untuk mengembangkan diri. Jika kondisi ini sering diciptakan maka siswa akan dapat membangun rasa percaya diri. Sehingga bentuk kerja kelompok yang dianggap dapat membahas masalah kurang percaya diri siswa yaitu melalui bimbingan kelompok.

Proses kelompok menurut wingkel, yaitu interaksi dan komunikasi yang dimanfaatkan dalam bimbingan kelompok dapat menunjang perkembangan kepribadian dan perkembangan sosial masing-masing anggota kelompok serta meningkatkan mutu kerjasama kelompok guna mencapai tujuan yang ditetapkan.²⁶

Adanya interaksi dan komunikasi dalam bimbingan kelompok, memberikan stimulus dan dukungan kepada anggota kelompok untuk bisa mewujudkan kemampuannya dalam hubungan dengan orang lain. Anggota melatih diri untuk berbicara di depan teman-temannya dalam ruang lingkup yang berkelompok, memahami dirinya dalam membina sikap yang responsibel dan perilaku yang normatif. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kegiatan bimbingan kelompok

²⁶ *Ibid*, h. 451.

memungkinkan kepada individu untuk bisa melatih diri dan mengembangkan dirinya dalam memahami dirinya sendiri, orang lain dan lingkungannya sehingga percaya diri siswa meningkat.

Selain itu pada proses bimbingan kelompok terdapat teknik *modeling*, teknik *modeling* merupakan belajar melalui observasi dengan menambahkan atau mengurangi tingkah laku yang teramati. Pengamat mengobservasi model tingkah laku yang mendapat penguatan. Muncul respon emosional yang sama dan ditunjukkan ke objek yang ada didekatnya saat ia mengamati model. Maka rasa percaya diri dapat dimodifikasi melalui proses bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *modeling*.

6. Keefektifan Layanan Bimbingan Kelompok Dalam Meningkatkan Percaya Diri

Percaya diri (*self confidence*) adalah sikap yang menunjukkan sikap yakin akan suatu hasil. Tidak hanya itu, juga yakin akan suatu sistem yang bermanfaat untuk masyarakat luas. Seseorang dapat memiliki percaya diri yang baik apabila orang tersebut dapat menyampaikan pendapat kepada orang lain dan dapat menunjukkan suatu sikap yakin kepada orang lain. Percaya diri dikembangkan dengan memikirkan secara mendalam sewaktu menghadapi sesuatu, bertanya pada diri sendiri apakah yang harus dilakukan dan bagaimana cara melakukannya. Percaya diri sangat bermanfaat dalam setiap keadaan. Percaya diri menyatakan seseorang bertanggung jawab atas perbuatannya. Orang yang percaya diri biasanya mudah

bergaul dengan orang lain. Rasa percaya diri yang tinggi sebenarnya hanya merujuk pada adanya beberapa aspek dari kehidupan individu tersebut dimana ia merasa memiliki kompetensi, yakin, mampu, dan percaya bahwa ia bisa karena didukung oleh pengalaman, potensi, aktual, prestasi serta harapan yang realistis terhadap dirinya sendiri. “Percaya diri merupakan modal dasar untuk pengembangan dan aktualisasi diri (eksplorasi segala kemampuan dalam diri). Dengan percaya diri seseorang akan mampu mengenal dan memahami diri sendiri”.²⁷

Pendapat diatas menjelaskan bahwa orang yang kurang percaya diri sering mengalami kesulitan mengembangkan kemampuannya untuk dapat berbuat sesuatu, seperti berprestasi disekolah, tidak berkata apapun saat dimintai pendapat, dan ketika bergaul sangat pendiam dan pemalu karena tidak tahu harus bagaimana bersikap. Tentunya hal ini akan menghambat prestasi intelektual, keterampilan, kemandirian serta orang tersebut tidak luwes dalam bergaul.

Rasa kurang percaya diri sering menghinggapi peserta didik sebagai individu yang berusia remaja dilingkungan sekolah. peserta didik yang kurang percaya diri cenderung menarik diri dan kurang mengaktualisasikan kemampuan yang dimiliki. Apabila hal ini terus dibiarkan maka dapat mengganggu perkembangan dirinya. Peserta didik yang dalam tahap perkembangan masih remaja cenderung lebih senang berada dalam kelompok, sehingga cara yang tepat untuk meningkatkan rasa percaya diri peserta didik disekolah adalah melalui layanan ”bimbingan

²⁷Rini Larassati, “Peningkatan percaya diri menggunakan layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas XI SMK Penerbangan Bandar Lampung” (Fakultas keguruan dan ilmu pendidikan program studi bimbingan dan konseling Universitas Lampung, 2016), h. 45.

kelompok”. Peserta didik akan dikumpulkan kedalam satu kelompok yang nantinya akan membahas dan membuat keputusan atas masalah bersama yaitu meningkatkan percaya diri.

Kegiatan dalam bimbingan kelompok yang memanfaatkan dinamika kelompok yang didalamnya terdapat komunikasi dan interaksi. Anggota kelompok dilatih untuk mengemukakan pendapat, memberikan idea tau saran, menanggapi dan menciptakan dinamika kelompok dengan memanfaatkan proses kelompok untuk mengembangkan diri. Jika kondisi ini sering diciptakan maka peserta didik dapat berlatih untuk meningkatkan rasa percaya diri.

Adanya interaksi dan komunikasi dalam bimbingan kelompok, memberikan stimulus dan dukungan kepada anggota kelompok untuk bisa mewujudkan kemampuannya dalam hubungan dengan orang lain. Anggota melatih diri untuk berbicara didepan teman-temannya dan membina hubungan didalam kelompok.

Percaya diri tidak bisa didapatkan begitu saja dalam diri seseorang, percaya diri dapat terbentuk dapat terbentuk dari proses belajar. Peserta didik di Sekolah Menengah Kejuruan perlu mempersiapkan bekal untuk memasuki dunia kerja, salah satu bekal yang dibutuhkan yaitu percaya diri. Ketika siswa memiliki percaya diri, maka dalam dunia kerja peserta didik diharapkan mampu menampilkan kemampuan yang dimilikinya secara optimal. Percaya diri peserta didik harus sudah dibangun sejak masa sekolah, sehingga ketika lulus dari sekolah, peserta didik sudah siap memasuki dunia kerja. Percaya diri dapat ditingkatkan melalui proses belajar didalam kelompok. Didalam kelompok siswa juga belajar mengenal diri sendiri dan

orang lain melalui interaksi dengan teman-temannya di dalam kelompok. Pengetahuan akan dirinya akan meningkat apabila peserta didik banyak berhubungan dan berinteraksi dengan teman-temannya. Peserta didik menjadi tersadar bahwa dirinya kurang percaya diri dan sikap tersebut akan menghambat dirinya untuk mengaktualisasikan diri.

Bimbingan kelompok dapat melatih peserta didik untuk berani mengungkapkan pendapat dan perasaannya, melatih untuk menanggapi pendapat orang lain, melatih berinteraksi dengan penuh percaya diri. Suasana dalam bimbingan kelompok lama-kelamaan akan mempengaruhi sikap dan tingkah laku peserta didik. Semakin kuat hubungan yang diciptakan dalam kelompok maka semakin besar pula pengaruh kelompok terhadap diri peserta didik. Pengaruh itu seperti kecenderungan cara berbicara, cara bersikap, dan bertingkah laku. Proses peniruan yang dilakukan oleh siswa yang dipelajari melalui proses belajar dalam suasana kelompok lama-kelamaan akan menumbuhkan gambaran tentang diri peserta didik bagaimana harus bersikap dan bertingkah laku penuh percaya diri sehingga mendorong peserta didik lebih percaya diri.

Interaksi yang dinamis dikembangkan dalam proses kegiatan bimbingan kelompok dapat dijadikan sebagai sarana untuk meningkatkan rasa percaya diri peserta didik. “Bahwa proses kelompok, yaitu interaksi dan komunikasi yang dimanfaatkan dalam kelompok dapat menunjang perkembangan kepribadian dan perkembangan sosial masing-masing anggota kelompok. Serangkaian kegiatan ini akan dijadikan sarana individu untuk belajar perilaku baru berupa peniruan, ingatan,

pemahaman sehingga kegiatan bimbingan menunjang perkembangan pribadi siswa yang mengarah pada peningkatan rasa percaya diri siswa disekolah.”²⁸

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kegiatan bimbingan kelompok memungkinkan kepada individu untuk bisa melatih diri dan mengembangkan dirinya dalam memahami dirinya sendiri, orang lain, serta lingkungannya sehingga percaya diri peserta didik disekolah meningkat.

C. Kepercayaan Diri

1. Pengertian Kepercayaan Diri

Percaya diri merupakan modal dasar untuk pengembangan dalam aktualisasi diri (eksplorasi segala kemampuan dalam diri). Dengan percaya diri seseorang akan mampu mengenal dan memahami diri sendiri.²⁹ Orang yang percaya diri memiliki kebebasan mengarahkan pilihan dan mencurahkan tenaga, berdasarkan keyakinan pada kemampuan dirinya, untuk melakukan hal-hal yang produktif. Oleh karena itu orang percaya diri menyukai pengalaman baru, suka menghadapi tantangan, pekerja yang efektif, dan bertanggung jawab, sehingga tugas yang dibebankan selesai dengan tuntas.

Peserta didik yang memiliki percaya diri akan mampu mengetahui kelebihan yang dimilikinya, karena peserta didik tersebut menyadari bahwa segala kelebihan yang dimiliki kalau tidak dikembangkan, maka tidak akan ada artinya, akan tetapi

²⁸Rini Larassati, *Op. Cit*, h. 50.

²⁹Rini Larassati, *Op. Cit*, h. 17.

kalau kelebihan yang dimilikinya mampu dikembangkan dengan optimal maka akan mendatangkan kepuasan sehingga akan menumbuhkan kepercayaan diri. Adapun gambaran merasa puas terhadap dirinya adalah orang yang merasa mengetahui dan mengakui terhadap keterampilan dan kemampuan yang dimilikinya, serta mampu menunjukkan keberhasilan yang dicapai dalam kehidupan sosial. Selain itu, kepercayaan diri adalah sikap positif seseorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan/situasi yang dihadapinya. Hal ini bukan berarti bahwa individu tersebut mampu dan kompeten melakukan segala sesuatu seorang diri.

Berdasarkan beberapa pengertian tersebut, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa kepercayaan diri adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuan dirinya sendiri baik yang bersifat lahir maupun batin dalam menghadapi tantangan hidup apapun, kapanpun dan dimanapun dengan melakukan suatu tindakan berbuat sesuatu untuk mencapai berbagai tujuan realistik dalam hidupnya.

2. Jenis-jenis Kepercayaan Diri

Menurut Lindenfield dalam Kamil, ada dua jenis kepercayaan diri yang meliputi kepercayaan diri lahir dan kepercayaan diri batin.

- a. Kepercayaan diri batin adalah kepercayaan diri yang memberikan kepada individu perasaan dan anggapan bahwa individu dalam keadaan baik.
- b. Jenis percaya diri lahir memungkinkan individu untuk tampil dan berperilaku dengan cara menunjukkan kepada dunia luar bahwa individu

yakin akan dirinya.³⁰

Jenis-jenis kepercayaan diri yang tersebut diatas:

- 1) kepercayaan diri batin, yang meliputi kepercayaan diri emosional dan spiritual. Ada empat ciri utama yang khas pada orang yang mempunyai kepercayaan diri batin yang sehat. Keempat ciri itu adalah :

- a) cinta diri

orang yang percaya diri akan mencintai diri mereka sendiri, dan cinta diri ini bukan merupakan sesuatu yang dirahasiakan. Ia akan lebih peduli pada diri sendiri, karena perilaku dan gaya hidupnya untuk memelihara diri.

- b) pemahaman diri

orang yang percaya diri batin, ia juga sadar diri, mereka tidak terus menerus merenungi diri sendiri, tetapi secara teratur mereka memikirkan perasaan, pikiran, perilaku, dan mereka selalu ingin tahu bagaimana pendapat orang lain tentang diri mereka.

- c) tujuan yang jelas

orang yang percaya diri selalu tahu tujuan hidupnya, karena mereka mempunyai pikiran yang jelas mengapa mereka melakukan tindakan tertentu dan mereka tahu hasil apa yang bisa diharapkan.

- d) berfikir positif

orang yang mempunyai kepercayaan diri biasanya hidupnya menyenangkan. Salah satunya ialah karena mereka biasa melihat kehidupannya dari sisi positif dan mereka mengharap serta mencari pengalaman dan hasil yang bagus.

- 2) kepercayaan diri lahir, yang meliputi pemahaman diri, tujuan yang jelas, cinta diri, dan berfikir positif, yaitu memungkinkan individu untuk tampil dan berperilaku dengan cara menunjukkan kepada dunia luar bahwa individu yakin akan dirinya. Untuk memberi kesan percaya diri pada dunia luar, individu perlu mengembangkan empat bidang keterampilan, yaitu: komunikasi, ketegasan, penampilan diri, dan pengendalian perasaan.³¹

³⁰ A. Febi Yanto, *Op. Cit*, h. 25.

³¹ A. Febi Yanto, *Ibid*, h. 25.

3. Ciri-ciri Kepercayaan Diri

Dikalangan remaja, terutama mereka yang berusia sekolah antara SMP dan SMA/SMK, terdapat berbagai macam tingkah laku yang merupakan pencerminan adanya gejala tidak percaya diri. Gejala tingkah laku tidak percaya diri yang ada di lingkungan sekolah antara lain :

- a. takut menghadapi ulangan
- b. minder
- c. tidak berani bertanya dan menyatakan pendapat
- d. grogi saat tampil di depan kelas
- e. timbulnya rasa malu yang berlebihan
- f. tumbuhnya sikap pengecut
- g. sering mencontek saat menghadapi tes
- h. mudah cemas dalam menghadapi berbagai situasi
- i. salah tingkah dalam menghadapi lawan jenis
- j. tawuran dan main keroyok.³²

Pendapat di atas mengatakan bahwa gejala tingkah laku yang mencirikan peserta didik kurang percaya diri seperti mudah cemas dalam menghadapi berbagai situasi, malu, tidak berani bertanggung jawab atas tindakan yang dilakukan, sering mencontek pada saat ulangan, tidak yakin akan kemampuan yang dimilikinya dan selalu berpikiran negative terhadap dirinya.

4. Faktor-faktor yang mempengaruhi percaya diri

a. Faktor Ekstern

Faktor yang mempengaruhi percaya diri diantaranya faktor sosial. Faktor sosial

³² Thursan, Hakim, *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*, Jakarta : Puspa Swara 2005.
h. 72-88

bisa mengembangkan rasa percaya diri pada individu, karena melalui kegiatan sosial.faktor yang dapat menumbuhkembangkan percaya diri pada individu adalah hubungan dengan anggota keluarganya yaitu, ibu, bapak, saudara, dan teman-temannya.

b. Faktor Intern

Faktor intern adalah faktor yang muncul dalam diri seorang, faktor intern ini dapat mempengaruhi perkembangan percaya diri.Berkenaan dengan hal tersebut dapat diidentifikasi 2 faktor intern yang dapat menumbuh kembangkan percaya diri pada siswa,diantaranya.

1. orang yang merasa puas terhadap dirinya baik secara jasmani maupun batiniah.
2. adanya pemberian kepercayaan penuh terhadap siswa.

5. Cara meningkatkan kepercayaan diri

Untuk meningkatkan kepercayaan diri bisa menggunakan bermacam-macam cara. Hakim menjelaskan bahwa:

“Rasa percaya diri siswa disekolah dapat dibangun melalui berbagai macam bentuk kegiatan yaitu, memupuk keberanian untuk bertanya, peran guru yang aktif bertanya, melatih diskusi dan berdebat, mengerjakan soal di depan kelas, bersaing dalam mencapai prestasi belajar, aktif dalam kegiatan pertandingan olah raga, belajar berpidato, mengikuti kegiatan ekstrakurikuler, mengikuti kegiatan semi vocal, penerapan disiplin yang konsisten, aktif dalam kegiatan bermain music, ikut serta didalam organisasi sekolah, menjadi ketua kelas, menjadi pemimpin upacara, ikut dalam kegiatan pencinta alam, dan memperluas pergaulan yang sehat”.³³

³³Thursan Hakim, *Op. Cit*, h. 97.

- a) memupuk keberanian untuk bertanya
- b) peran guru yang aktif bertanya pada siswa
- c) melatih diskusi
- d) mengerjakan soal di depan kelas
- e) bersaing dalam mencapai prestasi belajar
- f) aktif dalam pertandingan olah raga
- g) belajar berpidato
- h) mengikuti kegiatan ekstrakurikuler
- i) mengikuti kegiatan seni vokal (suara)
- j) penerapan disiplin yang konsisten
- k) menjadi ketua kelas
- l) menjadi pemimpin upacara
- m) memperluas kegiatan yang sehat.³⁴

6. Aspek-Aspek (Unsur-Unsur) Kepercayaan Diri

Berdasarkan uraian tentang definisi kepercayaan diri, jenis-jenis kepercayaan diri, faktor-faktor kepercayaan diri, dan cara membangun kepercayaan diri, dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek kepercayaan diri, antara lain:

a. keyakinan

yaitu ada nya kepercayaan dan optimisme tentang apa yang dilakukannya.

b. keberanian

kemampuan menampilkan diri yang didasari oleh dorongan diri individu.

c. kemampuan

potensi-potensi yang ada dalam diri individu atas usaha dan upaya yang dilakukannya.

d. aktivitas (Berbuat Sesuatau)

yaitu kegiatan-kegiatan nyata yang dilakukan untuk meraih tujuan

e. cinta diri

³⁴Thursan Hakim, *Ibid*, h. 108-112.

orang yang percaya diri akan mencintai diri mereka sendiri, gaya dan tingkah lakunya adalah untuk memelihara diri.

f. pemahaman diri

orang yang percaya diri jugasangat sadar diri, selalu ingin tahu bagaimana pendapat orang lain tentang diri mereka.

g. tujuan yang jelas

orang yang percaya diri selalu tahu tujuan yang ingin dicapainya.

h. berpikir positif

orang yang percaya diri biasa melihat kehidupan dari sisi yang cerah dan mereka mengharap serta mencari pengalaman dan hasil yang bagus.

i. komunikasi

secara verbal maupun nonverbal

j. ketegasan

orang yang percaya diri memiliki keterampilan dalam bidang ketegasan.

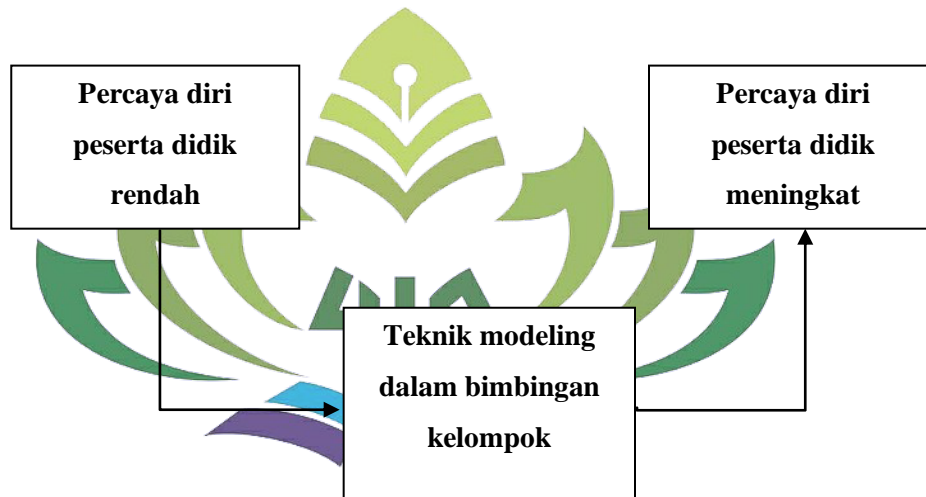
k. penampilan diri

orang yang percaya diri akan berpenampilan meyakinkan baik yang berkaitan dengan gaya maupun pakaian.³⁵

³⁵ Feri Kristanti, Efektifitas layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Bumijawa Kab. Tegal, (Skripsi, Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang, 2007), h. 32-33

D. Kerangka Pikir

Penelitian ini memiliki dua variabel yaitu variabel independen/bebas dan variabel dependen/terikat. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah teknik modeling dalam bimbingan kelompok dan variabel terikatnya adalah rasa percaya diri. Pada penelitian ini ada subjek yang diberikan perlakuan menggunakan teknik modeling dalam bimbingan kelompok. Adapun kerangka pikir pada penelitian ini sebagai berikut,



Gambar 5 kerangka pikir penelitian

BAB III

METODE PENELITIAN

Metodologi merupakan cara ilmiah yang digunakan untuk mengumpulkan data dengan tujuan tertentu. Penggunaan metode dimaksudkan agar kebenaran yang diungkap benar-benar dapat dipertanggungjawabkan dan memiliki bukti ilmiah yang akurat dan dapat dipercaya. Penggunaan metode dimaksudkan agar kebenaran yang diungkap benar-benar dapat dipertanggungjawabkan dan memiliki bukti ilmiah yang akurat dan dapat dipercaya.

Melalui penelitian manusia dapat menggunakan hasilnya. Secara umum data yang telah diperoleh dari penelitian dapat digunakan untuk memahami, memecahkan, dan mengantisipasi suatu masalah. Memahami berarti memperjelas suatu masalah. Memahami berarti memperjelas suatu masalah atau informasi yang tidak diketahui selanjutnya menjadi tahu, memecahkan berarti meminimalkan atau menghilangkan masalah, dan mengantisipasi berarti mengupayakan agar masalah tidak terjadi.

Metode penelitian pendidikan menurut sugiyono dapat diartikan sebagai cara ilmiah untuk mendapatkan data yang valid dengan tujuan dapat ditemukan, dikembangkan dan dibuktikan, suatu pengetahuan tertentu sehingga pada gilirannya dapat digunakan untuk memahami, memecahkan dan mengantisipasi masalah.¹

¹Sugiyono, Metode Penelitian (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D) (Bandung : Alfabeta 2014), h. 2

A. Jenis Penelitian

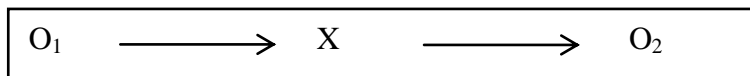
Dalam penelitian ini, jenis penelitian yang digunakan adalah jenis penelitian *pre-eksprimental*. Penelitian ini ada perlakuan dari peneliti, perlakuan yang akan diberikan berupa pemberian teknik *modeling* dalam bimbingan kelompok terhadap peserta didik yang memiliki kepercayaan diri rendah. Tetapi dalam penelitian ini ada unsur deskriptif karena peneliti ingin mengetahui gambaran kepercayaan diri sebelum dan sesudah diberi bimbingan. Penelitian eksperimen ada perlakuan, maka dapat diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap orang lain dalam kondisi yang terkendalikan.²

B. Desain Penelitian

Untuk memperjelas eksperimen dalam penelitian ini, peneliti menggunakan *pre-eksprimental Design One Group Pretest-posttest Design*, karena penelitian ini tanpa menggunakan kelompok kontrol dan desain ini terdapat *pretest* sebelum diberikan bimbingan. Dengan demikian hasil bimbingan dapat diketahui lebih akurat.³

Desain penelitian seperti berikut :

Pengukuran (pretest)	Perlakuan	Pengukuran (post-test)
-------------------------	-----------	---------------------------



Gambar 6

Pola One-GroupPretest-Posttest Design

²Sugiyono, *Op. Cit*, h. 107.

³Sugiyono, *Ibid*, h. 110.

Keterangan :

- O₁ : Nilai pretest (sebelum diberikan teknik modeling dalam bimbingan kelompok)
 X : Pemberian teknik modeling dalam bimbingan kelompok.
 O₂ : Nilai post-test (setelah diberikan teknik modeling dalam bimbingan kelompok).⁴

Berdasarkan pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa penelitian eksperiment merupakan penelitian untuk mencari pengaruh saat sebelum diberikan bimbingan dan sesudah diberikan bimbingan.

C. Variabel Penelitian

Variabel pada dasarnya adalah segala sesuatu yang membentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut yang kemudian ditarik kesimpulannya. Berdasarkan permasalahan, dengan layanan teknik modeling dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan rasa percaya diri pada peserta didik kelas VIII G SMP PGRI 6 Bandar Lampung terdiri dari dua variabel.

- a. Variabel bebas (independen) adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahan atau timbulnya variabel dependen (terikat). Variabel ini yaitu teknik *modeling* dalam bimbingan kelompok.

⁴Sugiyono, *Op. Cit*, h. 111

- b. Variabel terikat (dependen) adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah percaya diri peserta didik.⁵

Dalam penelitian ini, layanan teknik *modeling* dalam bimbingan kelompok merupakan variabel bebas yang diberi simbol X. Sementara rasa percaya diri peserta didik merupakan variabel terikat yang diberi simbol Y. Jadi, korelasi antara dua variabel tersebut dapat digambarkan sebagai berikut,



D. Definisi Operasional

Definisi operasional variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut,

1. Teknik *modeling* dalam bimbingan kelompok adalah, proses pemberian bantuan kepada peserta didik melalui kelompok dengan bertukar informasi dan penguatan informasi melalui teknik *modeling* yang diperoleh melalui interaksi kelompok sehingga semakin terinternalisasi dalam sikap dan

⁵Sugiyono, *Op. Cit*, h. 61

perilaku anggota kelompok, serta membantu peserta didik dalam mengambil keputusan yang tepat, dan juga membantu peserta didik untuk mengoptimalkan kemampuan yang dimilikinya dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Tahap-tahap pelaksanaan bimbingan kelompok yaitu : pembentukan, peralihan, kegiatan, dan pengakhiran.⁶

2. Percaya diri di lingkungan sekolah merupakan keberanian beraktivitas saat belajar yang disadari atas keyakinan positif dan kemampuan yang dimilikinya dan kemandirian beraktivitas yang ditunjukkan dan diakui oleh orang lain dalam meraih prestasi yang diharapkan. Kompetensi dalam belajar mencakup komponen kemampuan mendengar, berbicara, membaca, dan menulis. Indikator dari percaya diri meliputi : komunikasi, ketegasan, penampilan diri, pengendalian perasaan, pemahaman diri, cinta diri, tujuan yang jelas, dan berfikir positif.

E. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling

1. Populasi

Populasi menurut Sugiyono adalah “Wilayah generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan

⁶A Kiswanto, Teknik Life Model Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Atlet Persinas ASAD, (*Jurnal, Program bimbingan dan konseling FKIP Universitas Muria Kudus*, 2015). h. 8.

oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya”.⁷ Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian.⁸

Dalam penelitian ini populasinya adalah seluruh peserta didik kelas VIII G SMP PGRI 6 Bandar Lampung, dimana kelas VIII G ini dibandingkan dengan kelas yang lain terdapat peserta didik yang memiliki kepercayaan diri rendah. Dikarenakan kurangnya interaksi peserta didik terhadap lingkungannya seperti keluarga, sahabat dan lingkungan sekolahnya. Jumlah kelas VIII G bisa dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 2
Populasi Penelitian

Peserta Didik	Jumlah Peserta Didik
Laki-laki	12
Perempuan	18
Total	30

Sumber: Administrasi SMP PGRI 6 Bandar Lampung⁹

2. Sampel dan Teknik Sampling

Sampel penelitian ini disesuaikan dengan keberadaan masalah dan jenis data yang ingin dikumpulkan. Dalam penelitian ini subyek yang digunakan adalah peserta didik kelas VIII G SMP PGRI 6 Bandar Lampung. Sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu subjek dipilih berdasarkan kriteria yang telah ditentukan.

⁷ Sugiyono, 2015, *Op.cit.* hlm 117

⁸ Suharsimi Arikunto, *Op.cit.* hlm 173

⁹ Administrasi SMA Negeri 14 Bandar Lampung, 2016

Tabel 3
Sampel Penelitian

Peserta Didik	Jumlah Peserta Didik
Laki-laki	5
Perempuan	5
Total	10

Prosedur pengambilan sampel adalah sebagai berikut:

1. peserta didik kelas VIII G di SMP PGRI 6 Bandar Lampung.
2. menyebarkan skala percaya diri kepada peserta didik kelas VIII G yang dianggap memiliki percaya diri rendah.
3. hasil skala percaya diri dianalisis untuk mengetahui tingkat percaya diri peserta didik yang rendah.
4. jumlah peserta didik yang diambil sebagai subjek penelitian adalah sebanyak 10 peserta didik yang dianggap memiliki tingkat kepercayaan diri rendah.

Pada penelitian ini sampel yang diambil yaitu peserta didik yang memiliki percaya diri dalam kategori yang rendah, yang diperoleh berdasarkan hasil pretest.

F. Teknik Pengumpulan Data

1. Wawancara

Wawancara merupakan teknik pengumpulan data dengan cara tanya jawab lisan yang dilakukan guna mencapai tujuan penelitian.¹⁰ Wawancara yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara tak terstruktur, yaitu wawancara yang bebas dimana peneliti tidak menggunakan pedoman wawancara yang telah tersusun secara sistematis dan lengkap untuk pengumpulan datanya. Pedoman wawancara yang digunakan hanya berupa garis-garis besar permasalahan yang akan ditanyakan. Dan yang menjadi subyek dalam wawancara adalah konselor guna memperoleh data yang akurat

2. Angket/Kuesioner

Skala yang digunakan untuk melihat percaya diri peserta didik yaitu skala percaya diri yang dikembangkan dari jenis skala Likert. Dengan skala likert, maka variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Kemudian indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun item-item instrumen yang dapat berupa pernyataan atau pertanyaan.¹¹ Berikut gambaran alternatif jawaban skala percaya diri dalam proses pembelajaran.

¹⁰Sugiyono, *Op. Cit*, h. 195.

¹¹Sugiyono, *Op. Cit*, h. 134-135

Tabel 4
Penskoran item jawaban skala¹²

Pernyataan positif (Favorable)	Nilai	Pernyataan negatif (Unfavorable)	Nilai
Selalu	4	Selalu	1
Sering	3	Sering	2
Kadang-kadang	2	Kadang-kadang	3
Tidak pernah	1	Tidak pernah	4

Penilaian percaya diri dalam penelitian ini memiliki rentang skor dari 1- 3 yang dikategorikan tinggi, sedang, dan rendah dengan banyaknya item 34. Adapun kriteria kepercayaan diri dalam proses pembelajaran ditentukan dengan cara sebagai berikut :

a. Skor tertinggi = Skor tertinggi x Jumlah item

$$4 \times 34 = 136$$

b. Skor Terendah = Skor terendah x Jumlah item

$$1 \times 34 = 34$$

c. Rentang = Skor tertinggi – Skor terendah

$$136 - 34 = 102$$

d. Jarak interval = Rentang : Jumlah kelas interval

$$102 : 3 = 34$$

¹²Sugiyono, *Op. Cit*, h. 136

Berdasarkan keterangan tersebut maka kriteria percaya diri peserta didik dapat dilihat pada tabel sebagai berikut.

Tabel 5
Kriteria Percaya Diri

Interval	Kriteria	Deskriptif
102-136	Tinggi	Pada katagori ini peserta didik sudah dapat terlihat percaya diri dan sudah dapat dilakukan terus-menerus
68-102	Sedang	Pada katagori ini peserta didik sudah dapat terlihat percaya diri dan mencoba untuk melakukan terus-menerus
34-68	Rendah	Pada katagori ini peserta didik belum terlihat percaya diri

3. Observasi

Observasi merupakan suatu proses yang kompleks, suatu proses yang tersusun dari berbagai proses biologis dan psikologis. Dua di antara yang terpenting adalah proses-proses pengamatan dan ingatan.¹³ Adapun alasan menggunakan metode observasi sebagai metode pengumpulan data adalah untuk memperoleh gambaran dan pengetahuan serta pemahaman mengenai diri subjek, juga untuk menunjang dan melengkapi bahan-bahan yang diperoleh melalui skala percaya diri. Pengamatan dilakukan untuk memperoleh data mengenai kepercayaan diri peserta didik yang rendah, yaitu mengamati bagaimana peserta didik dalam mengatasi masalah kepercayaan dirinya.

¹³Sugiyono, *Op.Cit*, h. 203.

G. Pengembangan Instrumen Penelitian

Metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan metode angket/kuesioner, wawancara (interview), observasi, dan dokumentasi. Berdasarkan metode pengumpulan data yang cocok untuk mengetahui rasa percaya diri peserta didik adalah dengan lembar angket. Dalam pengembangan instrumen percaya diri menggunakan instrumen pada peneliti sebelumnya yang diteliti oleh Nunur Yuliana Dewi “*Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa Kelas X₁ SMA NEGERI 1 SEMBER REMBANG2012*”. (Dewi, 2012, halaman 5).



Tabel 6
Kisi-kisi pengembangan instrumen penelitian¹⁴

Variabel	Indikator	Sub-Indikator	Deskriptor	Ket	
				+	-
Percaya diri	Percaya diri lahir	Komunikasi	1. Peserta didik mampu mendengarkan apa yang dikatakan orang lain dengan tepat, tenang dan penuh perhatian	1,2	4
			2. Peserta didik mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi dalam situasi apapun	3	
			3. Peserta didik mampu bersosialisasi dan berinteraksi dengan orang lain	5	
		Ketegasan	1. Peserta didik mampu menyatakan kebutuhan secara langsung dan terus terang	7	10, 11
			2. Peserta didik berani bertanya dan menyatakan pendapatnya	8,9	
		Penampilan diri	1. Peserta didik berpakaian rapih	12, 13	14
			2. Peserta didik mampu menampilkan wajah yang berseri	15	
		Pengendalian perasaan	1. Peserta didik berani menghadapi tantangan dan resiko	16	17
			2. Peserta didik mempunyai		

¹⁴Sugiyono, *Op. Cit.*, h. 150-152.

			pengendalian diri yang baik dalam dirinya	18	19
	Percaya diri batin	Cinta diri	1. Peserta didik mampu memelihara dan memanfaatkan diri sendiri 2. Peserta didik memiliki sikap optimis	20 23,24	21,22
		Pemahaman diri	1. Peserta didik mampu menyadari kekuatan dan kelemahan diri sendiri 2. Siswa mampu menerima diri sendiri	25 27	26 28,29
		Tujuan yang jelas	1. Peserta didik memiliki target atau keinginan yang akan dicapai 2. Peserta didik dapat mengambil keputusan dengan tepat	30,31 34	32,33

Sebelum angket tersebut digunakan maka peneliti menguji validitas dan reabilitas angket tersebut untuk mengetahui angket tersebut layak digunakan atau tidak.

H. Persyaratan Instrumen

I. Uji Validitas Instrumen Skala Percaya Diri

Validitas adalah suatu struktur yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan dan kesalahan suatu instrument. Uji validitas digunakan untuk mengetahui apakah instrumen yang dibuat dapat mengukur apa yang diinginkan.

Uji validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas isi. Pengujian dapat dilakukan dengan membandingkan antara isi instrument dengan materi pelajaran yang telah diajarkan. Validitas isi dapat digunakan pendapat dari para ahli (*judgments experts*). Untuk instrumen yang akan mengukur efektifitas pelaksanaan program, maka pengujian validitas isi dapat dilakukan dengan membandingkan antara isi instrument dengan isi atau rancangan yang telah ditetapkan.¹⁵ Dalam hal ini setelah instrument dibuat tentang aspek-aspek yang akan diukur dengan berlandaskan teori tertentu, maka selanjutnya dikonsultasikan dengan dosen pembimbing dan pengajar di program studi Bimbingan dan Konseling UIN Raden Intan Lampung.

II. Uji Reliabilitas Instrumen Skala Percaya Diri

Sebuah tes dikatakan reliabel apabila tes tersebut dapat memberikan hasil yang tepat. Reliabel tes dalam penelitian ini diuji dengan menggunakan rumus alpha. Adapun rumus alpha adalah sebagai berikut:

¹⁵Sugiyono, *Op. Cit*, h.182.

$$r_{11} = \left(\frac{k}{k-1} \right) \left(1 - \frac{\sum S_t^2}{S_t^2} \right)$$

Keterangan :

r_{11} = reliabilitas instrument
 k = jumlah butir pertanyaan
 $\sum S_t^2$ = jumlah varian butir
 S_t^2 = varian total

I. Teknik Analisis Data

Dalam penelitian kuantitatif, teknik analisis data yang digunakan sudah jelas yaitu diarahkan untuk menjawab rumusan masalah atau menguji hipotesis yang telah dirumuskan dalam proposal.¹⁶ Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan rumus t-test, perbedaan antara O_1 dan O_2 yakni $O_2 - O_1$, diasumsikan merupakan efek dari treatment atau eksperimen.

Rumusnya :

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\frac{s_1^2}{n_1} + \frac{s_2^2}{n_2} - 2r \left(\frac{s_1}{\sqrt{n_1}} \right) \left(\frac{s_2}{\sqrt{n_2}} \right)}}$$

Keterangan:

X_1 = Rata-rata sampel sebelum perlakuan
 X_2 = Rata-rata sampel sesudah perlakuan
 s_1 = Simpangan baku sebelum perlakuan
 s_2 = Simpangan baku sesudah perlakuan
 n_1 = Jumlah sampel sebelum perlakuan
 n_2 = jumlah sampel sesudah perlakuan

¹⁶Sugiyono, *Op.Cit*, h. 333.

J. Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan dan belum ada jawaban yang empirik dengan data.¹⁷

Ho= Teknik Modeling dalam bimbingan kelompok tidak dapat meningkatkan kepercayaan diri peserta didik kelas VIII G di SMP PGRI 28 Bandar Lampung

Ha= Teknik Modeling dalam bimbingan kelompok dapat meningkatkan kepercayaan diri peserta didik kelas VIII G di SMP PGRI 28 Bandar Lampung

Berikut hipotesis statistiknya

Ho : $u_1 = u_2$

Ha : $u_1 \neq u_2$

Dimana :

u_1 = rasa percaya diri peserta didik sebelum pemberian bimbingan

u_2 = rasa percaya diri peserta didik sesudah pemberian bimbingan

¹⁷Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*, (Bandung: Alfabeta, 2015) h. 96.

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Pelaksanaan penelitian ini menggunakan layanan teknik *modeling* dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik kelas VIIIG yang dilaksanakan di SMP PGRI 6 Bandar Lampung tahun ajaran 2017/2018, dengan tujuan untuk menangani peserta didik yang mengalami kepercayaan diri yang rendah serta mengetahui kepercayaan diri peserta didik kelas VIII G SMP PGRI 6 Bandar Lampung sebelum dan sesudah diberikan layanan teknik *modeling* dalam bimbingan kelompok.

Penelitian dilakukan di SMP PGRI 6 Bandar Lampung, waktu pelaksanaan penelitian pada semester genap tahun ajaran 2017/2018. Untuk memperjelas eksperimen dalam penelitian ini disajikan tiap tiap rancangan yaitu,

1. Melakukan pre-test, adalah pengukuran dengan menggunakan format skala percaya diri kepada sampel penelitian sebelum diadakan perlakuan yaitu teknik *modeling* dalam bimbingan kelompok. Tujuan dari pre-test adalah untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri peserta didik sebelum diberikan layanan teknik *modeling* dalam bimbingan kelompok. Hasil pre-test ini akan menjadi data perbandingan pada data post-test.

2. Memberikan perlakuan teknik *modeling* dalam bimbingan kelompok yang akan diberikan selama 4 kali dengan durasi 45 menit dalam setiap pertemuannya. materi yang akan diberikan dalam teknik *modeling* dalam bimbingan kelompok akan dijelaskan dalam tabel 3.2.

Disetiap selesai pertemuan treatment tidak dilakukan pengukuran. Pengukuran dilakukan sebelum pemberian layanan teknik *modeling* dalam bimbingan kelompok dan sesudah 4 kali pertemuan/ pemberian layanan teknik *modeling* dalam bimbingan kelompok.

Gambar 8
Tahap kegiatan *One-Group Pretest – Posttest*

Tahap	Kegiatan	Waktu
I	Pelaksanaan Pre-test	30 menit
II	Memberikan perlakuan teknik <i>modeling</i> dalam bimbingan kelompok dengan tema sebagai berikut :	
	1. Pengertian dan pentingnya kepercayaan diri	45 menit
	2. Konsep Diri (mengenal kelemahan dan kelebihan diri)	45 menit
	3. Ciri-ciri orang yang percaya diri dan tidak percaya diri	45 menit

	4. Cara membangun kepercayaan diri	45 menit
III	Pelaksanaan Post-test	30 menit

Melakukan *post-test* sesudah pemberian layanan teknik *modeling* dalam bimbingan kelompok dengan tujuan untuk mengetahui hasil apakah layanan teknik *modeling* dalam bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik.

B. Deskripsi Data Hasil Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMP PGRI 6 Bandar Lampung tahun ajaran 2017/2018 pada bulan Oktober sampai bulan November 2017, sesuai dengan jadwal yang telah di sepakati dengan guru BK dan peserta didik. Hasil penelitian diperoleh melalui penyebaran instrumen yang bertujuan untuk memperoleh data mengenai profil/gambaran kepercayaan diri peserta didik dan sekaligus sebagai dasar penyesuaian isi layanan teknik *modeling* dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik yang kemudian diuji cobakan guna memperoleh keefektifan.

Peserta didik dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas VIII G SMP PGRI 6 Bandar Lampung yang berjumlah 30 peserta didik. Sampel penelitian sebanyak 10 peserta didik dengan kriteria sedang terdapat 3 peserta didik, sedangkan dalam kriteria rendah terdapat 7 peserta didik. Pelaksanaan bimbingan kelompok

dilaksanakan pada bulan oktober 2017 mulai dari tanggal 25 oktober sampai 26 november 2017. Berikut ini adalah jadwal pelaksanaan layanan teknik *modeling* dalam bimbingan kelompok.

Sebelum pemberian treatment layanan teknik *modeling* bimbingan kelompok dilaksanakan, ada beberapa hal yang perlu dipersiapkan peneliti dalam penelitian ini. Adapun tahap-tahap dalam penelitian yang dilakukan antara lain :

1. Mencatat daftar nama peserta didik kelas VIII SMPN PGRI 6 Bandar Lampung
2. Penentuan sample penelitian, berdasarkan saran dari guru BK SMP PGRI 6 kelas VIII G ditunjuk 10 peserta didik dengan kriteria percaya diri sedang dan rendah.
3. Meminta persetujuan pada peserta didik untuk dijadikan sample dalam penelitian.
4. Pelaksanaan bimbingan kelompok dilaksanakan bersama 10 peserta didik dengan data sebagai berikut :

Tabel 7
Peserta Didik Yang Mengikuti Layanan Teknik
***Modeling* dalam Bimbingan Kelompok**

No	Nama	Kelas
1	Iqbal Tanjung	VIII G
2	Andi Irawan	VIII G
3	Farrel Fathi A	VIII G
4	Mario	VIII G
5	M. Suithan Dzakie	VIII G

6	Ika Nurhasanah	VIII G
7	Vina Merlisa	VIII G
8	Dhea Febiani	VIII G
9	Putri Lestari	VIII G
10	Riswinta Puspita R	VIII G

5. Menjelaskan kepada subjek penelitian mengenai prosedur pelaksanaan layanan dan menyepakati waktu pertemuan.
6. Pelaksanaan layanan dilakukan di SMP PGRI 6 Bandar Lampung, pertemuan dilakukan sebanyak 4 kali pertemuan, yang dilaksanakan di ruang bk pada pukul 09.00 WIB dengan jadwal pertemuan sebagai berikut:

Tabel 8
Jadwal Pemberian Perlakuan Bimbingan Kelompok

No	Tanggal	Kegiatan yang dilaksanakan
1	25-10-2017	Pertemuan Pertama <i>Pretest</i>
2	1-11-2017	Pertemuan Kedua materi : ciri-ciri percaya diri dan tidak percaya diri
3	7-11-2017	Pertemuan Ketiga materi : Konsep diri
4	14-11-2017	Pertemuan Keempat materi : mengatasi ketegangan
5	21-11- 2017	Pertemuan Kelima materi : Cara menumbuhkan rasa percaya diri
6	23-11- 2017	Pertemuan Keenam <i>Posttest</i>

Berdasarkan tabel tersebut pelaksanaan teknik *modeling* dalam bimbingan kelompok dilakukan sebanyak 4 kali pertemuan dan 2 kali pertemuan digunakan untuk *pretest* dan *posttest* dengan rincian kegiatan sebagai berikut :

1. Pertemuan Pertama

Pertemuan pertama dilakukan pada tanggal 25 Oktober 2017, peneliti bertemu dengan 10 peserta didik yang akan mengikuti kegiatan bimbingan kelompok. Pada pertemuan pertama ini peneliti menggunakan kesempatan ini untuk berkenalan dengan para peserta didik yang akan mengikuti kegiatan bimbingan kelompok, tujuannya agar para peserta didik dapat lebih mengenal peneliti sehingga pada saat pelaksanaan bimbingan kelompok dan pemberian treatment peserta didik diharapkan sudah bisa merasa nyaman dan tidak canggung lagi dengan peneliti. Kemudian peneliti menjelaskan kepada peserta didik terkait tujuan peneliti bertemu dengan para peserta didik, yaitu peneliti akan melakukan kegiatan bimbingan kelompok serta peneliti merencanakan dan menyepakati waktu pelaksanaan bimbingan kelompok bersama peserta didik.

2. Pertemuan Kedua

Pertemuan kedua dan pertemuan pertama pada sesi konseling ini dilaksanakan di ruang BK, pada tanggal 01 November 2017 pada pukul 09.30 WIB. Pada kegiatan konseling pertemuan pertama ini, kegiatan ini diawali dengan mengucapkan salam pembuka kepada anggota kelompok. Pemimpin menjelaskan maksud dan tujuan dari kegiatan bimbingan kelompok ini serta menjelaskan tatacara pelaksanaan, asas-asas dalam bimbingan kelompok dan menyampaikan kesepakatan waktu. Anggota kelompok diberikan kesempatan untuk bertanya kepada pemimpin kelompok terkait

hal yang anggota kelompok kurang paham, kemudian dilanjutkan pengenalan diri antar anggota kelompok.

Pada konseling pertemuan pertama ini, para peserta didik yang dijadikan sampel dalam penelitian terlihat sangat kaku dan cenderung malu untuk bertanya, untuk itu peneliti mencoba membentuk kelompok yang solid supaya tercipta dinamika kelompok yang dapat berkembang dengan baik. Peneliti terus memberi dorongan kepada anggota kelompok untuk berani bertanya jika ada hal dirasa kurang jelas bagi peserta didik.

Pada tahap peralihan, pemimpin kelompok menjelaskan kembali maksud dan tujuan dari kegiatan bimbingan kelompok dilakukan. Selanjutnya pemimpin kelompok menumbuhkan sikap kebersamaan diantara anggota kelompok dengan mengadakan permainan. Pemimpin kelompok mengadakan permainan untuk membangun suasana hangat diantara anggota kelompok.

Selanjutnya, pada tahap kegiatan, pemimpin kelompok menjelaskan peran anggota kelompok agar aktif didalam kegiatan bimbingan kelompok disaat sedang berlangsung. Pada tahap kegiatan inti, anggota kelompok dipersiapkan untuk menyaksikan secara seksama video sebagai model symbolic yang peneliti siapkan tentang ciri-ciri percaya diri dan tidak percaya diri. Ketika kegiatan berakhir, pemimpin kelompok memberikan kesimpulan dari pertemuan yang dilakukan dan memberikan kesempatan kepada anggota kelompok untuk bertanya. Setelah kegiatan bimbingan kelompok berakhir, para anggota kelompok diminta untuk mengisi form pertanyaan, :

1. Apa yang saya rasakan setelah melihat film/video tentang percaya diri ?
2. Apa yang saya pelajari setelah melihat film/video tentang percaya diri ?
3. Agar percaya diri, apa saja yang harus saya persiapkan dan saya lakukan ?

Selanjutnya pemimpin kelompok menanyakan pesan dan kesan kepada anggota kelompok setelah mengikuti kegiatan ini dan menyepakati waktu untuk pertemuan selanjutnya. Kemudian kegiatan bimbingan kelompok diakhiri dengan membaca doa dan salam penutup.

3. Pertemuan Ketiga

Pertemuan ketiga atau pertemuan kedua dalam pemberian layanan bimbingan kelompok ini dilaksanakan pada tanggal 07 November 2017 pada pukul 11.00 di depan ruang BK. Pemimpin kelompok segera membuka pertemuan dengan mengucapkan salam dan berdoa. Kemudian pemimpin kelompok memberikan permainan konsentrasi, supaya anggota lebih berkonsentrasi dalam mengikuti kegiatan ini. Selanjutnya menjelaskan topik yang akan dibahas pada kegiatan pertemuan kedua ini yaitu tentang konsep diri. Pemimpin kelompok menjelaskan apa yang dimaksud dengan konsep diri, dan juga menjelaskan pentingnya konsep diri. Dalam tahap ini, anggota kelompok diarahkan untuk memperhatikan dengan cara seksama media film/ video yang akan disaksikan. Setelah anggota kelompok menyaksikan film yang telah ditampilkan, selanjutnya pemimpin kelompok menanyakan kesan apa yang mereka dapat setelah melihat film yang telah anggota kelompok saksikan tersebut. Pemimpin kelompok mempersilahkan kepada anggota kelompok untuk menyampaikan perasaannya satu persatu, dalam kegiatan ini terlihat

masih ada anggota kelompok yang masih malu-malu dalam menyampaikan pendapatnya dan hanya mengikuti apa yang telah temannya sampaikan. Pertemuan diakhiri dengan doa dan salam penutup.

Perasaan yang disampaikan anggota kelompok :

- 1) Iqbal mengemukakan bahwa saya akan tampil lebih rapih dalam berpakaian, dan tidak akan membedakan diri dengan orang lain.
- 2) Mario mengemukakan bahwa saya tidak boleh putus asa dan pantang menyerah dah harus bertanggung jawab.
- 3) Farrel mengemukakan bahwa saya akan berusaha untuk menaklukan ketakutan dan mulai berpakaian rapih.
- 4) Mario mengemukakan bahwa saya tidak boleh berkata sombong dan harus sopan santun terhadap orang lain.
- 5) Suithan mengemukakan bahwa saya akan mentaati orang yang lebih tua, dan akan mentaati segala peraturan disekolah.
- 6) Ika mengemukakan bahwa saya harus lebih tegas dan menjadi pemberani dan tidak perlu malu untuk maju kedepan kelas.
- 7) Vina mengemukakan bahwa saya tidak perlu menyalahkan diri sendiri, dan lebih berani untuk tampil didepan orang banyak.
- 8) Dhea mengemukakan bahwa saya harus lebih mengandalkan diri sendiri dan tidak bergantung pada teman.
- 9) Putri mengemukakan bahwa saya harus lebih percaya diri dengan belajar dan mampu maju kedepan kelas untuk menjawab soal oleh guru.
- 10) Riswinta mengemukakan bahwa saya harus lebih percaya diri lagi untuk tampil didepan umum, dan rapid an sopan dalam berpakaian.

4. Pertemuan Keempat

Pertemuan keempat atau Pertemuan ketiga dalam pemberian layanan bimbingan kelompok dilaksanakan di ruang BK tanggal 14 November 2017 pada pukul 09.00 WIB, dan diawali dengan salam pembuka dan berdoa oleh pemimpin kelompok. Pemimpin menanyakan kabar dan memberikan semangat pada anggota kelompok. Pemimpin kelompok mengulas kembali kegiatan bimbingan kelompok pertemuan sebelumnya, membahas tugas rumah yang diberikan pada pertemuan

sebelumnya. Selanjutnya, pemimpin kelompok menjelaskan sedikit mengenai cara mengatasi ketegangan. Setelah itu, pemimpin kelompok menampilkan film terkait cara mengatasi ketegangan. Selama film disaksikan oleh peserta didik, pemimpin kelompok memberikan penekan pada tindakan yang menunjukkan kepercayaan diri tinggi yang ada didalam film tersebut. Selanjutnya pemimpin kelompok menyimpulkan dari kegiatan yang telah berlangsung, dan meminta anggota kelompok untuk memberikan kesannya pada pertemuan ini. Kegiatan bimbingan kelompok ditutup dengan doa dan salam penutup.

5. Pertemuan kelima

Pertemuan kelima dan pertemuan terakhir dalam pemberian layanan bimbingan kelompok selanjutnya dilaksanakan di ruang BK tanggal 21 November 2017 pada pukul 10.00 WIB. Kegiatan bimbingan kelompok dibuka dengan salam pembuka dan doa. Kemudian pemimpin kelompok berterima kasih kepada seluruh anggota kelompok karena telah bersedia mengikuti layanan bimbingan kelompok selama ini. Pada kegiatan ini pemimpin kelompok menanyakan tentang tugas rumah yang telah diberikan. menanyakan kepada anggota kelompok, adakah kesulitan yang dalam tugas yang telah diberikan.

Kemudian menjelaskan kepada anggota kelompok mengenai topik yang akan dibahas pada pertemuan ini, yaitu tentang cara meningkatkan kepercayaan diri. Pada pertemuan ini anggota kelompok ditampilkan film mengenai bagaimana cara meningkatkan kepercayaan diri, Agar anggota kelompok bisa

menerapkan/mengaplikasikannya dalam sikapnya. Pemimpin kelompok mempersilahkan kepada anggota kelompok untuk bertanya jika ada hal yang dirasa kurang dipahami oleh anggota kelompok. Kemudian membahasnya secara bersama. Setelah itu pemimpin kelompok mengambil kesimpulan dari materi yang sudah dibahas dan anggota kelompok mengungkapkan kesannya setelah mengikuti kegiatan pada pertemuan keempat ini. Kegiatan bimbingan kelompok diakhiri dengan doa dan salam penutup.

6. Pertemuan keenam

Pertemuan keenam dilaksanakan di ruang BK tanggal 23 November 2017 pada pukul 09.00 WIB. Pemimpin kelompok membuka kegiatan dengan salam pembuka dan doa. Setelah itu pemimpin kelompok menjelaskan bahwa ini adalah pertemuan terakhir. Pada pertemuan terakhir ini, pemimpin kelompok mengulas kembali dari pertemuan yang pertama sampai pertemuan terakhir. Kemudian seluruh anggota dan pemimpin kelompok mengevaluasi tugas rumah yang diberikan kepada anggota kelompok. Pemimpin kelompok memberikan penguatan positif, dan meyakinkan bahwa pikiran-pikiran negatif yang diyakini oleh anggota kelompok adalah tidak benar. Selanjutnya pemimpin kelompok meminta peserta didik untuk mengisi kuesioner percaya diri. Setelah itu pemimpin kelompok mengucapkan terimakasih kepada anggota kelompok, dan anggota kelompok mengungkapkan kesan dan pesan anggota kelompok. Dan menutup kegiatan dengan membaca doa dan salam penutup.

Membandingkan nilai rata-rata peserta didik sebelum dan setelah mengikuti kegiatan layanan teknik *modeling* dalam bimbingan kelompok. Berdasarkan data yang diperoleh, maka dapat dideskripsikan hasil penelitian sebelum dilakukan perlakuan dan setelah diberikan perlakuan.

a. Hasil *Pre-test*

Pre-test dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui gambaran kondisi awal percaya diri peserta didik kelas VIII SMP PGRI 6 Bandar Lampung. Berikut dijelaskan, kondisi *pre-test* gambaran kondisi awal percaya diri peserta didik :

Tabel 9
Hasil *Pre-test* Percaya Diri Peserta Didik

No	Kode Nama	Hasil <i>Pre-test</i>	Kriteria
1	IT	56	Rendah
2	AI	83	Sedang
3	FF	83	Sedang
4	M	85	Sedang
5	MS	80	Sedang
6	IN	81	Sedang
7	VM	58	Rendah
8	DF	58	Rendah
9	PL	85	Sedang
10	RP	74	Sedang

Berdasarkan tabel tersebut sebelum diberikan perlakuan teknik *modeling* dalam bimbingan kelompok pada peserta didik yang memiliki percaya diri rendah di SMP PGRI 6 Bandar Lampung, diperoleh data dengan kriteria rendah yang sesuai dengan kategori tingkatan skala percaya diri dengan kriteria rendah. Maka dari itu

peneliti memberikan treatment yaitu teknik *modeling* dengan setting *symbolic model* untuk meningkatkan percaya diri peserta didik.

b. Hasil *Post-test*

Setelah memberikan perlakuan layanan teknik *modeling* dalam bimbingan kelompok, maka peneliti mengukur kembali percaya diri yang dimiliki peserta didik di SMP PGRI 6 Bandar Lampung. Adapun hasil *post-test* adalah sebagai berikut :

Tabel 10
Hasil *Post-test* Percaya Diri Peserta Didik

No	Kode Nama	Hasil Post-test	Kriteria
1	IT	89	Sedang
2	AI	118	Tinggi
3	FF	103	Tinggi
4	M	110	Tinggi
5	MS	106	Tinggi
6	IN	108	Tinggi
7	VM	92	Sedang
8	DF	91	Sedang
9	PL	109	Tinggi
10	RP	100	Sedang

Berdasarkan tabel tersebut, setelah diberikan perlakuan Teknik *Modeling* dalam bimbingan kelompok pada peserta didik kelas VIII yang memiliki masalah percaya diri rendah di SMP PGRI 6 Bandar Lampung sehingga menghasilkan perubahan berupa peningkatan percaya diri peserta didik. Jadi dapat disimpulkan bahwa teknik *modeling* dalam bimbingan kelompok dapat meningkatkan percaya diri peserta didik , peserta didik sudah mengalami perubahan yang lebih baik dari sebelum diberikan perlakuan teknik *modeling* dalam bimbingan kelompok.

c. Hasil *Pre-test* dan *Post-test*

Untuk melihat peningkatan percaya diri peserta didik kelas VIII G SMP PGRI

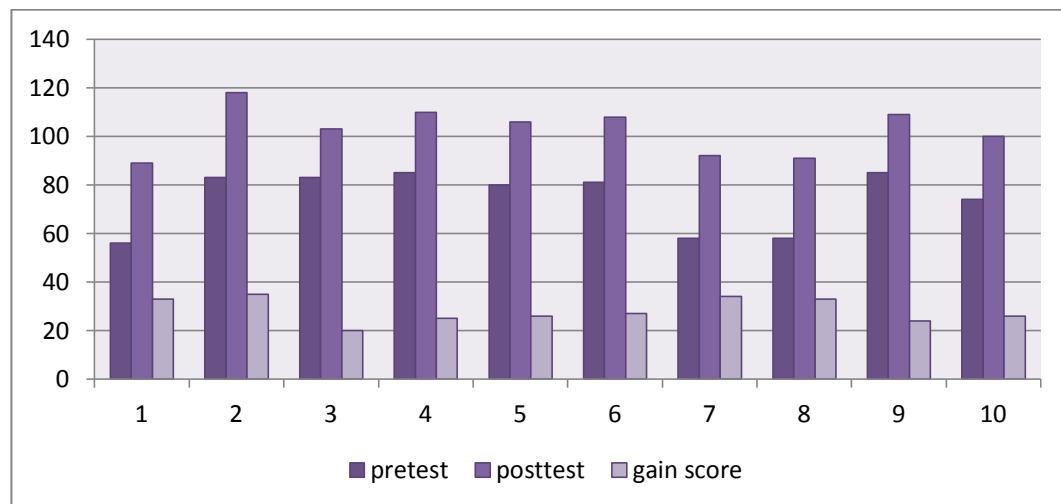
6 Bandar Lampung berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test* akan dijelaskan pada tabel sebagai berikut :

Tabel 11
Uji Hasil Pretest, Posttest, Score Peningkatan Percaya Diri Peserta Didik
Kelas VIII di SMP PGRI 6 Bandar Lampung

No	Kode Nama	Pre-test	Pos-test	Gain Score
1	IT	56	89	33
2	AI	83	118	35
3	FF	83	103	20
4	M	85	110	25
5	MS	80	106	26
6	IN	81	108	27
7	VM	58	92	34
8	DF	58	91	33
9	PL	85	109	24
10	RP	74	100	26
Rata-rata dengan N = 10		$743 : 10 = 74,3$	$1026 : 10 = 102,6$	$283 : 10 = 28,3$

Berdasarkan keterangan pada tabel dapat dilihat bahwa hasil *pre-test* pada 10 peserta didik sebelum mengikuti layanan teknik *modeling* dalam bimbingan kelompok dengan nilai rata-rata skor 74,3, Sedangkan setelah mengikuti layanan teknik *modeling* dalam bimbingan kelompok hasil *post-test* diperoleh rata-rata skor sebesar 102,6 dan dengan nilai gain score rata-rata 28,3. Hal ini menunjukkan bahwa teknik *modeling* dalam bimbingan kelompok dapat meningkatkan percaya diri peserta didik kelas VIII G SMP PGRI 6 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018. Grafik

peningkatan percaya diri yang diperoleh dari hasil skor nilai pre-test dan post-test dapat dilihat pada gambar grafik berikut ini :



Gambar 9
Grafik Peningkatan Percaya Diri Peserta Didik

A. Analisis Data dan Pengujian Hipotesis

Untuk pengujian hipotesis pada penelitian ini apakah H_0 diterima ataukah ditolak maka peneliti menganalisis data menggunakan uji t dengan teknik *paired samples test* dengan program SPSS 17, berikut ini merupakan hasil dari uji t :

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

- H_0 : Teknik *Modeling* dalam bimbingan kelompok tidak dapat meningkatkan kepercayaan diri peserta didik kelas VIII di SMP PGRI 6 Bandar Lampung.
- H_a : Teknik *Modeling* dalam bimbingan kelompok dapat meningkatkan kepercayaan diri peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 28 Bandar Lampung.

Untuk mengetahui apakah teknik *modeling* dalam bimbingan kelompok berpengaruh terhadap percaya diri peserta didik dan seberapa besar skor percaya diri sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dan setelah diberikan layanan

bimbingan kelompok dilakukan dengan menggunakan rumus analisis data *t-test*, dengan nilai distribusi yang ditentukan yaitu derajat kebebasan (df) $N-1=12-1=11$ dengan taraf signifikan (α) 0,5. Adapun hipotesis statistiknya adalah sebagai berikut :

$$H_0 : \mu_1 = \mu_2$$

$$H_a : \mu_1 \neq \mu_2$$

1) Uji Normalitas Data

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		PRETEST	POSTEST
N		10	10
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	74,3000	102,6000
	Std. Deviation	12,12939	9,50088
	Absolute	,281	,168
Most Extreme Differences	Positive	,211	,168
	Negative	-,281	-,140
Kolmogorov-Smirnov Z		,888	,530
Asymp. Sig. (2-tailed)		,410	,941

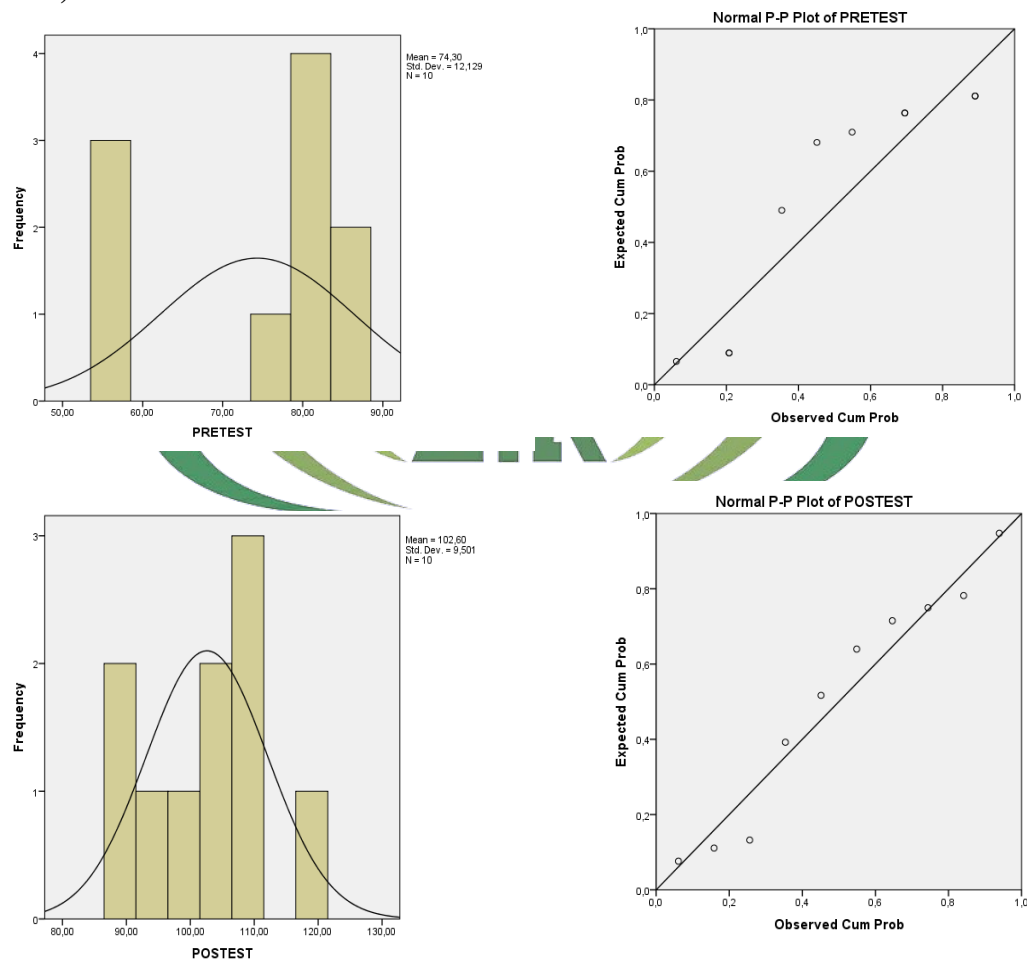
a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Uji Normalitas menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov dengan membandingkan nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* dengan $\alpha = 0.05$. Maka data berdistribusi normal. Dengan menggunakan uji Kolmogoriv-Smirnov diperoleh nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* pretest sebesar $0,410 > 0.05$ dan nilai posttest *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar $0.941 > 0.05$ sehingga data pretest dan posttest berdistribusi normal. Selain dapat dilihat dari keterangan *Asymp. Sig. (2-tailed)* uji kenormalan data juga dapat dilihat dari *Most Extreme Differences Absolute* yang

diasumsikan $Most\ Extreme\ Differences Absolute < Kolmogorov\ Smirnov\ Table$ maka data berdistribusi normal. dapat dilihat bahwa nilai pretest sebesar 0.281 dapat dibandingkan dengan *kolmogorov-Smirnov table* dengan $N=10$ pada taraf signifikansi 0.05 sebesar 0.409 sehingga $0.281 < 0.409$ sehingga data pretest berdistribusi normal. sedangkan nilai posttest sebesar $0.168 < 0.409$ sehingga data berdistribusi normal.

2) Grafik Normalitas *Pre-Test* dan *Post-Test*



Dikatakan data berdistribusi normal, ketika sebaran data (histogram) mengikuti pola kurva normal. Gambar di atas menunjukkan bahwa histogram sebagian besar tampak

mengikuti kurva normal, sehingga dapat dikatakan bahwa sebaran data tersebut berdistribusi normal.

Dengan menggunakan SPSS 17 diperoleh $t_{Hitung} = -17,623$ keputusan bahwa H_0 ditolak. Karena wilayah t_{Hitung} jatuh di wilayah kritik bagian kiri, dapat disimpulkan bahwa posttest siswa memiliki hasil yang lebih maksimal karena penggunaan layanan teknik modeling dalam bimbingan kelompok efektif, sehingga dapat disimpulkan bahwa metode ini mampu meningkatkan percaya diri peserta didik.

Berdasarkan hasil uji *t-paired samples t-test*, teknik *modeling* dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan percaya diri peserta didik, penghitungan percaya diri peserta didik dilakukan dengan menggunakan *SPSS for windows release 17*, di dapat hasil sebagai berikut :

Untuk menguji hipotesis pada penelitian ini apakah H_0 diterima ataukah ditolak maka peneliti menganalisis data menggunakan uji t dengan teknik *paired samples test* dengan program SPSS 17.0, berikut ini merupakan hasil uji t.

3) Uji T (Paired Sample T test)

Tabel 12

Paired Samples Statistics

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 PRETEST	74,3000	10	12,12939	3,83565
POSTEST	102,6000	10	9,50088	3,00444

Berdasarkan tabel di atas, diperoleh *standar deviation* pada *pretest* 12,12939 dan *post-test* 9,50088 sedangkan nilai rata-rata *pretest* 74,3000 dan rata-rata *posttest* 102,6000 dengan *standar error mean pretest* 3,83565 .

Tabel 13

Paired Samples Correlations

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 PRETEST & POSTEST	10	,918	,002

Berdasarkan tabel diatas dengan jumlah N sebesar 10 diperoleh korelasi antara *pretest* dan *posttest* 0.918 sehingga hubungannya kuat dan positif dan tingkat signifikansi hubungan sebesar 0.002.

Tabel 14

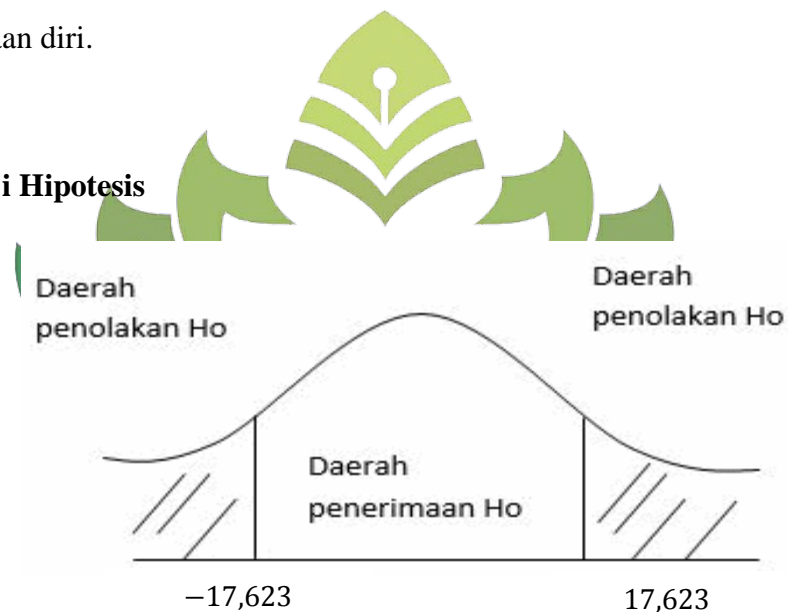
Paired Samples Test

	Paired Differences					T	Df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 PRETEST - POSTEST	-28,30000	5,07828	1,60589	-31,93278	-24,66722	-17,623	9	,000

Paired samples test digunakan untuk mengetahui apakah ada perbedaan rata-rata nilai test antara sebelum dan setelah diberikan perlakuan, pengujian menggunakan tingkat signifikan 0,05. Berdasarkan hasil pengujian t_{hitung} -17,623 pada derajat kebebasan (df) 9, dan signifikansi 0.000. Kemudian hasil tersebut

akan dibandingkan dengan t_{tabel} untuk memperoleh hasil apakah H_0 diterima atau ditolak, dapat dilihat pada tabel statistics pada signifikansi 0.05 dan perbedaan nilai rata-rata *posttest* dan *pretest* sebesar -28,30000 artinya terjadi peningkatan kepercayaan diri peserta didik sebelum dan sesudah perlakuan, diperoleh juga $|t_{\text{hitung}}| = |-17.623$ dan nilai *sig tailed* $0.000 < 0.05$ dengan taraf kepercayaan 95% data signifikan sehingga dapat disimpulkan bahwa H_0 di tolak dan H_a diterima sehingga teknik *modeling* dalam bimbingan kelompok efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri.

4) Uji Hipotesis



Hal ini terbukti berdasarkan hasil perhitungan pengujian hipotesis uji t yang disajikan dalam program SPSS Statistic 17 diperoleh t_{hitung} 17.623 dan t_{tabel} 2.220099 pada derajat kebebasan (df) 9 kemudian dibandingkan antara t_{tabel} dan t_{hitung} diperoleh data $t_{\text{hitung}} > t_{\text{tabel}}$, sehingga ini menunjukkan bahwa H_0 di tolak dan H_a diterima.

Dengan demikian dapat dikatakan bahwa layanan teknik *modeling* dalam bimbingan kelompok efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri pada peserta didik kelas VIII G di SMP PGRI 6 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018.

C. Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data, terlihat terdapat adanya peningkatan pada percaya diri peserta didik kelas VIII G di SMP PGRI 6 Bandar Lampung. Dapat dilihat pada tabel dari hasil penelitian sebelum dan sesudah diberikannya layanan teknik *modeling* dalam bimbingan kelompok.

Selain itu dilakukan uji hipotesis menggunakan uji *t paired sample t-test* dan dapat diketahui bahwa t adalah $-17,623$ *mean* $-28,30000$, *95% confidence interval of the difference*, *lower* = $-31,93278$ dan *upper* = $-24,66722$, kemudian t_{hitung} dibandingkan dengan t_{tabel} $df = 9$, dengan ketentuan $t_{hitung} < t_{tabel}$ ($-17,623 > 2.20099$) dikarenakan peneliti mengambil taraf signifikan $\alpha = 0.05$ dengan nilai distribusi nilai satu arah untuk kriteria pengujian hipotesis yang peneliti ajukan, dengan nilai distribusi nilai satu arah untuk kriteria pengujian hipotesis yang peneliti ajukan, maka H_a diterima. Sedangkan perbandingan skor *pretest* $74,3$ dan *posttest* $102,6$ yang berarti terjadi peningkatan sebesar $28,3$.

Meningkatkan percaya diri peserta didik melalui teknik *modeling* dalam bimbingan kelompok, dilakukan dalam enam kali pertemuan. Dalam penelitian ini diterapkan layanan teknik *modeling* dalam bimbingan kelompok.

Di dalam proses layanan teknik *modeling* dalam bimbingan kelompok menunjukkan bahwa pada tahap awal peserta kelompok masih sulit menyesuaikan diri

didalam kelompok, kemudian perlahan-lahan ada perubahan yang signifikan. Rata-rata skor proses percaya diri peserta didik kelas VIII SMP PGRI 6 Bandar Lampung setelah mendapat treatment lebih tinggi dibandingkan sebelum mendapatkan treatment. Ini berarti bahwa rasa percaya diri peserta didik sudah cenderung menunjukan dan mengarah pada peningkatan rasa percaya diri yang lebih baik.

Rasa percaya diri peserta didik sebelum mendapatkan layanan teknik modeling dalam bimbingan kelompok dan sesudah mendapatkan layanan teknik modeling dalam bimbingan kelompok berbeda dan mengalami sebuah peningkatan. Hal itu ditunjukan dengan sikap dan perilaku peserta didik yang awalnya masih menunjukan gejala-gejala percaya diri rendah, kemudian setelah mendapatkan treatment, sikap dan perilaku peserta didik sudah bisa berubah kearah yang lebih baik. Sedikit demi sedikit para anggota kelompok atau peserta didik sudah mulai bisa dalam memahami dirinya dan menunjukan kemampuannya, mengerti tentang kelebihan dan kelemahan dirinya, tidak merasa malu-malu dalam berkomentar, bertanya ketika berdiskusi dalam pelaksanaannya para anggota kelompok sudah mapu berperan dengan baik walaupun belum begitu sempurna. Peserta didik sudah mulai menunjukan rasa percaya terhadap dirinya, yakin terhadap kemampuannya, dapat menerima kritikan dari orang lain tanpa marah dan tersinggung dan mulai mampu mengontrol emosinya. Perubahan perilaku ini berarti, peserta didik sudah dapat menerapkan hasil pemahamannya dalam suatu perilaku yang dimunculkan melalui film/ video pada saat proses layanan teknik modeling dalam bimbingan kelompok

pada setiap pertemuannya dan setelahnya. Perubahan perilaku yang positif tersebut diharapkan dapat selalu diterapkan dalam lingkungan yang lebih luas.

Rasa percaya diri rendah yang muncul pada diri peserta didik sudah mulai tidak tampak, peserta didik sudah tidak menunjukkan sikap mengeluh ketika diminta untuk melakukan sesuatu, mereka sudah mulai bisa bersemangat dalam menanggapi, berkomentar, bertanya, dan menunjukkan kemampuannya masing-masing pada saat proses layanan berlangsung dan juga pada saat pemimpin kelompok menanyakan kesan-kesan selama kegiatan berlangsung, adapun pernyataan peserta didik,

Perasaan yang disampaikan anggota kelompok :

- 1) Iqbal mengemukakan bahwa saya akan tampil lebih rapih dalam berpakaian, dan tidak akan membedakan diri dengan orang lain.
- 2) Mario mengemukakan bahwa saya tidak boleh putus asa dan pantang menyerah dan harus bertanggung jawab.
- 3) Farrel mengemukakan bahwa saya akan berusaha untuk menaklukkan ketakutan dan mulai berpakaian rapih.
- 4) Mario mengemukakan bahwa saya tidak boleh berkata sombong dan harus sopan santun terhadap orang lain.
- 5) Suithan mengemukakan bahwa saya akan mentaati orang yang lebih tua, dan akan mentaati segala peraturan di sekolah.
- 6) Ika mengemukakan bahwa saya harus lebih tegas dan menjadi pemberani dan tidak perlu malu untuk maju kedepan kelas.
- 7) Vina mengemukakan bahwa saya tidak perlu menyalahkan diri sendiri, dan lebih berani untuk tampil didepan orang banyak.
- 8) Dhea mengemukakan bahwa saya harus lebih mengandalkan diri sendiri dan tidak bergantung pada teman.
- 9) Putri mengemukakan bahwa saya harus lebih percaya diri dengan belajar dan mampu maju kedepan kelas untuk menjawab soal oleh guru.
- 10) Riswinta mengemukakan bahwa saya harus lebih percaya diri lagi untuk tampil didepan umum, dan rapid an sopan dalam berpakaian.

Interaksi yang dinamis dikembangkan dalam kegiatan bimbingan kelompok dapat dijadikan sebagai usaha dalam melatih peserta didik dalam hal percaya diri.

Kegiatan bimbingan kelompok dilakukan enam kali pertemuan yang mencakup dua

pertemuan untuk pre-test dan post-test, dan empat pertemuan untuk pelaksanaan layan teknik modeling dalam bimbingan kelompok, peserta didik dapat mengambil nilai-nilai positifnya pada masing-masing pertemuannya, yang pada akhirnya dapat memberikan peningkatan rasa percaya diri yang diharapkan. Sebagaimana yang dikemukakan dalam landasan teori, bahwa proses kelompok, yaitu interaksi dan komunikasi yang dimanfaatkan dalam proses bimbingan kelompok dapat menunjang kepribadian dan perkembangan sosial masing-masing anggota kelompok serta meningkatkan mutu kerjasama kelompok guna mencapai tujuan yang diharapkan. Serangkaian proses ini akan dijadikan tiap anggota untuk belajar suatu perilaku yang baru berupa peniruan, ingatan, pemahaman yang dialami kelompok sehingga kegiatan bimbingan menunjang perkembangan pribadi peserta didik yang mengarah pada peningkatan rasa percaya diri.

D. Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan dalam penelitian ini adalah pada pertemuan pertama peneliti sebagai pemimpin kelompok mengalami kesulitan dalam membangun keaktifan kelompok. Karena sebelumnya peserta didik belum pernah mengikuti kegiatan bimbingan kelompok. Pemimpin kelompok memberikan penjelasan mengenai bimbingan kelompok dan tujuan kegiatan ini agar peserta didik memahami dan mengetahui manfaat dari mengikuti kegiatan bimbingan kelompok ini. Keterbatasan lainnya adalah dimungkinkan jawaban pada kuesioner yang diisi peserta didik tidak sesuai dengan keadaannya yang sebenarnya karena alasan-alasan tertentu. Hal ini karena dimungkinkan peserta didik mencari aman dalam menjawab kuesioner

percaya diri. Namun peneliti sudah berusaha menjelaskan kepada peserta didik untuk jujur dalam menjawab butir-butir pernyataan kuesioner percaya diri yang sesuai dengan keadaan peserta didik yang sebenarnya.



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian di SMP PGRI 6 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018, maka dapat di ambil kesimpulan sebagai berikut,

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat diambil kesimpulan bahwa layanan teknik *modeling* dalam bimbingan kelompok dapat dipergunakan untuk meningkatkan kepercayaan diri pada peserta didik kelas VIII G SMP PGRI 6 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018. Hal ini ditunjukkan dengan adanya peningkatan skor kepercayaan diri pada subjek sebelum diberi layanan teknik *modeling* dalam bimbingan kelompok dan sesudah diberi layanan teknik *modeling* dalam bimbingan kelompok. Berdasarkan hasil uji *t paired sample t test*, diketahui bahwa $\text{sig.} = 0,000 < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima.

Layanan teknik *modeling* dalam bimbingan kelompok berpengaruh untuk meningkatkan kepercayaan diri pada peserta didik kelas VIII G SMP PGRI 6 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018. Hal ini ditunjukkan ada peningkatan skor kepercayaan diri pada sepuluh peserta didik setelah diberikan perlakuan layanan teknik *modeling* dalam bimbingan kelompok.

B. Saran

Berdasarkan hasil pembahasan, penulis memberikan saran-saran kepada beberapa pihak yaitu,

1. Peserta didik perlu menindak lanjuti dan meningkatkan kepercayaan diri, sehingga dapat mencapai tujuan dan prestasi dalam kehidupan yang lebih baik.
2. Guru bimbingan dan konseling agar dapat memprogramkan dan melaksanakan pelayanan bimbingan dan konseling secara optimal untuk membantu mengembangkan kepercayaan diri peserta didik. Didalam proses bimbingan, konselor diharapkan mampu menggunakan teknik yang sesuai dengan permasalahan dan tidak menutup kemungkinan untuk menggabungkan teknik yang digunakan dengan teknik yang lain sebagai teknik pendukung.
3. Kepala sekolah agar dapat merumuskan kebijakan dalam memberikan dua jam pelajaran efektif masuk kelas untuk layanan bimbingan dan konseling untuk membantu perkembangan peserta didik.
4. Kepada para peneliti selanjutnya, dapat melakukan penelitian mengenai masalah yang sama dengan subjek dan teknik yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

- Adiputra, Sofwan. "Penggunaan teknik modeling terhadap perencanaan karir siswa". *Jurnal fokus konseling*, Vol. 1 No. 1.
- Al-Ghifari, Abu. 2003. *Percaya Diri Sepanjang Hari*. Bandung. Mujahid
- Faizin, Ahmad. 2016. *Terapi Behavior Dengan Teknik Modeling Untuk Meningkatkan Kemandirian Remaja di Desa Ngayung Kecamatan Maduran Kabupaten Lamongan*, Skripsi BKI UIN Sunan Ampel Surabaya. (diakses 8 Oktober 2017)
- Faridah, Dianti Nur. 2015. "Efektivitas teknik modeling melalui konseling kelompok untuk meningkatkan karakter rasa hormat peserta didik". *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, Vol. 05 No. 01 (diakses 5 Juni 2017).
- Hakim, Thursan. 2005. *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta. Puspa Swara.
- Hartinah, Sitti. 2009. *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok*, Bandung, Refika Aditama.
- Hurlock, Elizabeth B. 1998. *Psikologi Perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang Rentang kehidupan*, terjemahan Istiwidiyand dan soedjarwo. Jakarta. Erlangga.
- Kiswanto, A. 2015. Teknik Life Model Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Atlet Persinas ASAD, *Jurnal Program bimbingan dan konseling*, FKIP Universitas Muria Kudus (5 Juni 2017).
- Kristanti, Feri. *Efektifitas layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Bumijawa Kab. Tegal*, Skripsi, Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang. 2007.(diakses 7 juni 2017)
- Komalasari, Gartina. dan Eka Wahyuni. 2014. *Teori dan Teknik Konseling* : Jakarta. Indeks.
- Lestari, Rini Larassati, Laily Puji Astuti. "Peningkatan percaya diri siswa menggunakan layanan bimbingan kelompok melalui pendekatan person

centered”. *Prosiding seminar bimbingan dan konseling*, Vol. 1 No. 1 2017.

Ni Luh Asri, Ni Ketut Suarni dan Dewi Arum WMP, Efektivitas Konseling Behavioral Dengan Teknik Positive Reinforcement Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Dalam Belajar Pada Siswa Kelas VIII Smp Negeri 2 Singaraja, *Ejournal Undiksha Jurusan Bimbingan Konseling* Vol. 2. No. 1. 2014 tersedia Di <http://ejournal.undiksha.ac.ai/index.php/JJBK/article/viewfile>

Prayitno dan Erman amti. 2013. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. jakarta. Rineka Cipta.

_____, 2009. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta. Rineka Cipta.

Rini Larassati. “*Peningkatan percaya diri menggunakan layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas XI SMK Penerbangan Bandar Lampung*” Fakultas keguruan dan ilmu pendidikan program studi bimbingan dan konseling Universitas Lampung, 2016.

Rosmalia. *Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Diskusi dalam meningkatkan Rasa Percaya Diri Peserta Didik Kelas VII MTsN 2 Lampung Selatan*, Skripsi, Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah IAIN Lampung, 2016.

Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D* Bandung. ALFABETA.

Tafsir Kementrian Agama, Jakarta : Kementrian Agama, 2010, Jilid. 10

Yanto, Febi. “*Meningkatkan Kepercayaan Diri Melalui Modelling Penelitian Pada Siswa Kelas X SMU N 1 Semarang*”. Disertai Program Sarjana Pendidikan UNNES, Semarang, 2009). (diakses 6 juni 2017)

PEDOMAN WAWANCARA

Guru BK

No.	Pertanyaan
1.	Bagaimana kepercayaan diri peserta didik kelas VIII G secara umum di SMP PGRI 6 Bandar Lampung?
2.	Apa saja program BK di sekolah ini dalam upaya meningkatkan kepercayaan diri peserta didik?
3.	Apakah sebelumnya guru BK sudah pernah menerapkan bimbingan kelompok dengan teknik <i>modeling</i> untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik?

Guru Mata Pelajaran

No.	Pertanyaan
1.	Bagaimana kepercayaan diri peserta didik kelas VIII G secara umum di SMP PGRI 6 Bandar Lampung?
2.	Bagaimana kepercayaan diri peserta didik pada saat mengikuti proses pembelajaran?
3.	Bagaimana tanggung jawab peserta didik pada saat mengikuti proses pembelajaran?
4.	Bagaimana inisiatif peserta didik pada saat proses pembelajaran?
5.	Bagaimana kedisiplinan peserta didik pada saat mengikuti proses pembelajaran?
6.	Apakah peserta didik aktif dalam kegiatan belajar mengajar di kelas?
7.	Bagaimana keadaan peserta didik di kelas pada saat tidak ada guru?

Kisi-kisi pengembangan instrumen penelitian
Kepercayaan diri

Variabel	Indikator	Sub-Indikator	Deskriptor	Ket	
				+	-
Percaya diri	Percaya diri lahir	Komunikasi	1. Peserta didik mampu mendengarkan apa yang dikatakan orang lain dengan tepat, tenang dan penuh perhatian	1,2	4
			2. Peserta didik mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi dalam situasi apapun	3	
			3. Peserta didik mampu bersosialisasi dan berinteraksi dengan orang lain	5	
		Ketegasan	1. Peserta didik mampu menyatakan kebutuhan secara langsung dan terus terang	7	10, 11
			2. Peserta didik berani bertanya dan menyatakan pendapatnya	8,9	
		Penampilan diri	1. Peserta didik berpakaian rapih	12, 13	14
			2. Peserta didik mampu menampakan wajah yang berseri	15	
		Pengendalian perasaan	1. Peserta didik berani menghadapi tantangan dan resiko	16	17
			2. Peserta didik mempunyai pengendalian diri yang baik dalam dirinya	18	19
	Percaya	Cinta diri	1. Peserta didik mampu	20	21,2

Lampiran 3

	diri batin		memelihara dan memanfaatkan diri sendiri 2. Peserta didik memiliki sikap optimis	23,2 4	2
		Pemahaman diri	1. Peserta didik mampu menyadari kekuatan dan kelemahan diri sendiri 2. Siswa mampu menerima diri sendiri	25 27	26 28,2 9
		Tujuan yang jelas	1. Peserta didik memiliki target atau keinginan yang akan dicapai 2. Peserta didik dapat mengambil keputusan dengan tepat	30,3 1 34	32,3 3

Postest 2

SKALA PERCAYA DIRI

Nama :

Kelas :

Petunjuk:

1. Tulislah nama anda dengan menggunakan inisial, serta kelas anda pada kolom yang sudah di sediakan!
2. Pada skala ini terdapat 35 pernyataan.
3. Bacalah setiap pernyataan dengan teliti kemudian pilihlah salah satu jawaban dengan memberikan tanda (X) yang sesuai dengan kondisi diri Anda saat ini.

No.	Pernyataan	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sanagt Tidak Setuju
1.	Saya akan menolak jika diminta maju ke depan kelas untuk menyelesaikan soal				
2.	Saya kurang yakin dengan kemampuan diri saya				
3.	Saya mencontek pada saat ujian berlangsung				
4.	Saya berani mengungkapkan ide-ide				
5.	Takut dan ragu-ragu dalam menyampaikan gagasan				
6.	Saya suka menghadapi tantangan				
7.	Saya merasa kurang puas dengan apa yang ada pada diri saya				
8.	Saya dapat menerima kondisi apapun yang ada pada diri saya				
9.	Saya cenderung malas untuk belajar				
10.	Pada suatu saat ujian disekolah saya tidak belajar sebelumnya, dan akhirnya mendapatkan nilai yang kecil. Saya akan berusaha untuk lebih keras lagi agar mendapat nilai yang lebih bagus lagi				
11.	Saya akan berusaha lebih giat belajar jika saya gagal mendapatkan peringkat kelas				
12.	Saya mudah menyerah jika sesuatu yang saya kejar belum tercapai				
13.	Bila gagal Saya tidak akan mencoba lagi				
14.	Saya tidak mau bertanya jika saya belum memahami materi pelajaran yang diberikan guru.				
15.	Saya menilai bahwa kegagalan adalah sukses yang tertunda				
16.	Saya melihat bahwa kegagalan itu bukan akhir segalanya				

17.	Saya merasa menjadi orang yang gagal karena tidak pernah mendapat juara kelas				
18.	Saya akan bersikap tenang dalam mengerjakan segala sesuatu				
19.	Saya mudah marah terhadap hal kecil atau tindakan yang dianggap bodoh				
20.	Saya percaya dengan kemampuan yang saya miliki				
21.	Saya yakin dengan keputusan yang saya ambil				
22.	Saya malu bertanya ketika ada materi yang tidak dimengerti				
23.	Saya merasa malu dengan kondisi badan saya				
24.	Saya bersyukur dengan kondisi yang saya miliki				
25.	Saya berusaha keras mengerjakan soal-soal yang sulit				
26.	Saya tidak mudah putus asa ketika mengalami kegagalan				
27.	Bila gagal Saya akan mencoba dan mencoba lagi				
28.	Saya dapat mengambil hal yang baik dari suatu kejadian yang buruk				
29.	Saya percaya bahwa keberhasilan adalah hasil kerja keras				
30.	Saya percaya bahwa kegagalan saya karena saya bodoh				
31.	Saya dapat bersikap tenang dalam menjawab pertanyaan ketika ujian				
32.	Saya merasa takut/khawatir ketika diminta untuk melakukan sesuatu				
33.	Saya dapat mengontrol emosi saya ketika menghadapi sesuatu yang sulit				
34.	Saya dapat bersikap tenang ketika guru menegur kesalahan saya				

-TERIMA KASIH-

Lampiran 5

**KISI-KISI OBSERVASI
PELAKSANAAN TEKNIK *MODELING* DALAM
BIMBINGAN KELOMPOK**

No.	Aspek yang diamati	Pelaksanaan	
		Ya	Tidak
1.	Melaksanakan bimbingan kelompok dengan teknik <i>modeling</i>		
2.	Menjelaskan tujuan pelaksanaan kegiatan konseling		
3.	Menjelaskan target perilaku yang akan dicapai selama dan sesudah pelaksanaan kegiatan konseling		
4.	Demonstrasi <i>model symbolic</i>		
5.	Pemberian penguatan pada setiap kegiatan konseling		



PEMERINTAH KOTA BANDAR LAMPUNG
DINAS PENDIDIKAN
SMP PGRI 6 BANDAR LAMPUNG

Jalan Korpri Raya Bandar Lampung Tlp. 0721-70122 Bandar Lampung – 35151



RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN
BIMBINGAN KELOMPOK
SEMESTER SATU (GANJIL) TAHUN PELAJARAN 2017/2018

A	Komponen Layanan	Layanan Responsif
B	Bidang Layanan	Pribadi-Sosial
C	Fungsi Layanan	Pemahaman dan Pengembangan
D	Tujuan	Pemahaman penting nya Rasa percaya diri
F	Topik	Meningkatkan Rasa percaya diri
G	Materi	Ciri-ciri percaya diri dan tidak percaya diri
H	Sasaran Layanan	VIII G, Semester I (satu) 2017
I	Metode dan Teknik	Diskusi dan <i>Modeling (Symbolic Model)</i>
J	Waktu	45 Menit
K	Media/Alat	Laptop, Kertas, Pulpen
L	Tanggal Pelaksanaan	Rabu, 01-11-2017.
M	Sumber Bacaan	Internet
N	Uraian Kegiatan	

NO	Tahapan	Kegiatan	
1	Pembentukan (5 Menit)	a. Menerima kehadiran anggota kelompok secara terbuka dan mengucapkan terimakasih b. Memimpin doa c. Menyampaikan kesepakatan waktu	a. Merespon salam dan sambutan dari pemimpin kelompok b. Doa bersama c. Mendengarkan dan memperhatikan penjelasan pemimpin kelompok serta bertanya apabila kurang jelas dan Menyetujui waktu
2	Peralihan (5 menit)	a. Menampilkan film/vidio peningkatan kepercayaan diri b. Mengkondisikan anggota agar siap melanjutkan ketahap berikutnya c. Mempersiapkan peserta didik agar siap untuk memperhatikan film/vidio.	a. Memperhatikan b. Memberikan respon jawaban kesiapan anggota kelompok c. Memperhatikan
3	Kegiatan (30 menit)	a. Mempersiapkan peserta didik untuk memperhatikan seperti apa perilaku yang akan ditampilkan melalui film/vidio. b. Mengarahkan peserta didik agar mengamati setiap perilaku yang ada lalu menyimpan setiap perilaku dalam ingatan. c. Pada saat konseling memperhatikan film/vidio, konselor memberikan penguatan kepada konseling (motivasi, pujian, dll.) d. Konselor meminta konseling untuk menjelaskan apa yang telah konseling	a. Memperhatikan b. Mendengarkan dan memperhatikan c. Mendengarkan dan memperhatikan d. Mempraktikan dan mengulang kembali

		perhatikan didalam film/vidio, dan konselor memberikan penguatan saat konseli menjelaskan, (baik, pintar, bagus, dll.)	
4	Pengakhiran (5 menit)	<p>a. Konselor memberitahu bahwa kegiatan bimbingan kelompok akan segera berakhir</p> <p>b. Konselor meminta kepada anggota kelompok untuk menyimpulkan dari topik yang telah dibahas</p> <p>c. Penilaian segera</p> <p>d. Mengevaluasi kegiatan yang telah dilakukan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pemahaman yang sudah diperoleh anggota kelompok 2. Perasaan yang dialami selama kegiatan berlangsung 3. Kesan yang diperoleh selama kegiatan <p>e. Membahas dan menanyakan tindak lanjut kegiatan bimbingan kelompok</p> <p>f. Memberikan pekerjaan rumah</p> <p>g. Mengucapkan terimakasih</p> <p>h. Memimpin doa</p> <p>i. Mengucapkan salam</p>	<p>a. Memperhatikan dan mendengarkan</p> <p>b. Mendengarkan dan menyimpulkan</p> <p>c. Melaksanakan</p> <p>d. –</p> <p>e. Menjawab pertanyaan</p> <p>f. Menyanggupi</p> <p>g. Menjawab</p> <p>h. Berdoa</p> <p>i. Menjawab salam</p>

Guru BK

Bandar Lampung,
Mahasiswa

2017

Tri Oktaningsih S.Pd

NIP.....

Syamsudin

NPM.1311080108

Mengetahui,
Kepala SMP PGRI 6 Bandar Lampung

Riyanto, S.Pd., MM.

NIP





PEMERINTAH KOTA BANDAR LAMPUNG
DINAS PENDIDIKAN
SMP PGRI 6 BANDAR LAMPUNG

Jalan Korpri Raya Bandar Lampung Tlp. 0721-70122 Bandar Lampung – 35151



RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN
BIMBINGAN KELOMPOK
SEMESTER SATU (GANJIL) TAHUN PELAJARAN 2017/2018

A	Komponen Layanan	Layanan Responsif
B	Bidang Layanan	Pribadi-Sosial
C	Fungsi Layanan	Pemahaman dan Pengembangan
D	Tujuan	Pemahaman penting nya Rasa percaya diri
F	Topik	Meningkatkan Rasa percaya diri
G	Materi	Konsep Diri
H	Sasaran Layanan	VIII G, Semester I (satu) 2017
I	Metode dan Teknik	Diskusi dan <i>Modeling (Symbolic Model)</i>
J	Waktu	45 Menit
K	Media/Alat	Laptop, Kertas, Pulpen
L	Tanggal Pelaksanaan	Selasa, 7-11-2017.
M	Sumber Bacaan	Internet
N	Uraian Kegiatan	

NO	Tahapan	Kegiatan	
1	Pembentukan (5 Menit)	a. Menerima kehadiran anggota kelompok secara terbuka dan mengucapkan terimakasih b. Memimpin doa c. Menyampaikan kesepakatan waktu	a. Merespon salam dan sambutan dari pemimpin kelompok b. Doa bersama c. Mendengarkan dan memperhatikan penjelasan pemimpin kelompok serta bertanya apabila kurang jelas dan Menyetujui waktu
2	Peralihan (5 menit)	a. Menampilkan film/vidio peningkatan kepercayaan diri b. Mengkondisikan anggota agar siap melanjutkan ketahap berikutnya c. Mempersiapkan peserta didik agar siap untuk memperhatikan film/vidio.	a. Memperhatikan b. Memberikan respon jawaban kesiapan anggota kelompok c. Memperhatikan
3	Kegiatan (30 menit)	a. Mempersiapkan peserta didik untuk memperhatikan seperti apa perilaku yang akan ditampilkan melalui film/vidio. b. Mengarahkan peserta didik agar mengamati setiap perilaku yang ada lalu menyimpan setiap perilaku dalam ingatan. c. Pada saat konseling memperhatikan film/vidio, konselor memberikan penguatan kepada konseling (motivasi, pujian, dll.) d. Konselor meminta konseling untuk menjelaskan apa yang telah konseling	a. Memperhatikan b. Mendengarkan dan memperhatikan c. Mendengarkan dan memperhatikan d. Mempraktikan dan mengulang kembali

		perhatikan didalam film/vidio, dan konselor memberikan penguatan saat konseli menjelaskan, (baik, pintar, bagus, dll.)	
4	Pengakhiran (5 menit)	<p>a. Konselor memberitahu bahwa kegiatan bimbingan kelompok akan segera berakhir</p> <p>b. Konselor meminta kepada anggota kelompok untuk menyimpulkan dari topik yang telah dibahas</p> <p>c. Penilaian segera</p> <p>d. Mengevaluasi kegiatan yang telah dilakukan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pemahaman yang sudah diperoleh anggota kelompok 2. Perasaan yang dialami selama kegiatan berlangsung 3. Kesan yang diperoleh selama kegiatan <p>e. Membahas dan menanyakan tindak lanjut kegiatan bimbingan kelompok</p> <p>f. Memberikan pekerjaan rumah</p> <p>g. Mengucapkan terimakasih</p> <p>h. Memimpin doa</p> <p>i. Mengucapkan salam</p>	<p>a. Memperhatikan dan mendengarkan</p> <p>b. Mendengarkan dan menyimpulkan</p> <p>c. Melaksanakan</p> <p>d. –</p> <p>e. Menjawab pertanyaan</p> <p>f. Menyanggupi</p> <p>g. Menjawab</p> <p>h. Berdoa</p> <p>i. Menjawab salam</p>

Guru BK

Bandar Lampung,
Mahasiswa

2017

Tri Oktaningsih S.Pd

NIP.....

Syamsudin

NPM.1311080108

Mengetahui,
Kepala SMP PGRI 6 Bandar Lampung

Riyanto, S.Pd., MM.

NIP





PEMERINTAH KOTA BANDAR LAMPUNG
DINAS PENDIDIKAN
SMP PGRI 6 BANDAR LAMPUNG

Jalan Korpri Raya Bandar Lampung Tlp. 0721-70122 Bandar Lampung – 35151



RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN
BIMBINGAN KELOMPOK
SEMESTER SATU (GANJIL) TAHUN PELAJARAN 2017/2018

A	Komponen Layanan	Layanan Responsif
B	Bidang Layanan	Pribadi-Sosial
C	Fungsi Layanan	Pemahaman dan Pengembangan
D	Tujuan	Pemahaman penting nya Rasa percaya diri
F	Topik	Rasa percaya diri
G	Materi	Mengatasi Ketegangan
H	Sasaran Layanan	VIII G, Semester I (satu) 2017
I	Metode dan Teknik	Diskusi dan <i>Modeling (Symbolic Model)</i>
J	Waktu	45 Menit
K	Media/Alat	Laptop, Kertas, Pulpen
L	Tanggal Pelaksanaan	Selasa, 14-11-2017.
M	Sumber Bacaan	Internet
N	Uraian Kegiatan	

NO	Tahapan	Kegiatan	
1	Pembentukan (5 Menit)	a. Menerima kehadiran anggota kelompok secara terbuka dan mengucapkan terimakasih b. Memimpin doa c. Menyampaikan kesepakatan waktu	a. Merespon salam dan sambutan dari pemimpin kelompok b. Doa bersama c. Mendengarkan dan memperhatikan penjelasan pemimpin kelompok serta bertanya apabila kurang jelas dan Menyetujui waktu
2	Peralihan (5 menit)	a. Menampilkan film/vidio peningkatan kepercayaan diri b. Mengkondisikan anggota agar siap melanjutkan ketahap berikutnya c. Mempersiapkan peserta didik agar siap untuk memperhatikan film/vidio.	a. Memperhatikan b. Memberikan respon jawaban kesiapan anggota kelompok c. Memperhatikan
3	Kegiatan (30 menit)	a. Mempersiapkan peserta didik untuk memperhatikan seperti apa perilaku yang akan ditampilkan melalui film/vidio. b. Mengarahkan peserta didik agar mengamati setiap perilaku yang ada lalu menyimpan setiap perilaku dalam ingatan. c. Pada saat konseling memperhatikan film/vidio, konselor memberikan penguatan kepada konseling (motivasi, pujian, dll.) d. Konselor meminta konseling untuk menjelaskan apa yang telah konseling	a. Memperhatikan b. Mendengarkan dan memperhatikan c. Mendengarkan dan memperhatikan d. Mempraktikan dan mengulang kembali

		perhatikan didalam film/vidio, dan konselor memberikan penguatan saat konseli menjelaskan, (baik, pintar, bagus, dll.)	
4	Pengakhiran (5 menit)	<p>a. Konselor memberitahu bahwa kegiatan bimbingan kelompok akan segera berakhir</p> <p>b. Konselor meminta kepada anggota kelompok untuk menyimpulkan dari topik yang telah dibahas</p> <p>c. Penilaian segera</p> <p>d. Mengevaluasi kegiatan yang telah dilakukan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pemahaman yang sudah diperoleh anggota kelompok 2. Perasaan yang dialami selama kegiatan berlangsung 3. Kesan yang diperoleh selama kegiatan <p>e. Membahas dan menanyakan tindak lanjut kegiatan bimbingan kelompok</p> <p>f. Memberikan pekerjaan rumah</p> <p>g. Mengucapkan terimakasih</p> <p>h. Memimpin doa</p> <p>i. Mengucapkan salam</p>	<p>a. Memperhatikan dan mendengarkan</p> <p>b. Mendengarkan dan menyimpulkan</p> <p>c. Melaksanakan</p> <p>d. –</p> <p>e. Menjawab pertanyaan</p> <p>f. Menyanggapi</p> <p>g. Menjawab</p> <p>h. Berdoa</p> <p>i. Menjawab salam</p>

Guru BK

Bandar Lampung,
Mahasiswa

2017

Tri Oktaningsih S.Pd

NIP.....

Syamsudin

NPM.1311080108

Mengetahui,
Kepala SMP PGRI 6 Bandar Lampung

Riyanto, S.Pd., MM.

NIP





PEMERINTAH KOTA BANDAR LAMPUNG
DINAS PENDIDIKAN
SMP PGRI 6 BANDAR LAMPUNG

Jalan Korpri Raya Bandar Lampung Tlp. 0721-70122 Bandar Lampung – 35151



RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN
BIMBINGAN KELOMPOK
SEMESTER SATU (GANJIL) TAHUN PELAJARAN 2017/2018

A	Komponen Layanan	Layanan Responsif
B	Bidang Layanan	Pribadi-Sosial
C	Fungsi Layanan	Pemahaman dan Pengembangan
D	Tujuan	Pemahaman penting nya Rasa percaya diri
F	Topik	Meningkatkan Rasa percaya diri
G	Materi	Evaluasi diri setiap waktu
H	Sasaran Layanan	VIII G, Semester I (satu) 2017
I	Metode dan Teknik	Diskusi dan <i>Modeling (Symbolic Model)</i>
J	Waktu	45 Menit
K	Media/Alat	Laptop, Kertas, Pulpen
L	Tanggal Pelaksanaan	Selasa, 21-11-2017.
M	Sumber Bacaan	Internet
N	Uraian Kegiatan	

NO	Tahapan	Kegiatan	
1	Pembentukan (5 Menit)	a. Menerima kehadiran anggota kelompok secara terbuka dan mengucapkan terimakasih b. Memimpin doa c. Menyampaikan kesepakatan waktu	a. Merespon salam dan sambutan dari pemimpin kelompok b. Doa bersama c. Mendengarkan dan memperhatikan penjelasan pemimpin kelompok serta bertanya apabila kurang jelas dan Menyepakati waktu
2	Peralihan (5 menit)	a. Menampilkan film Kartun yang menunjukkan sikap percaya diri, agar peserta didik antusias untuk melihatnya. b. Memberikan peserta didik lembar kerja berupa beberapa pertanyaan. - Terlampir c. Mengkondisikan anggota agar siap melanjutkan ketahap berikutnya	a. Memperhatikan film kartun yang menunjukkan sikap percaya diri untuk ditiru oleh peserta didik. b. Lembar Pertanyaan, -Terlampir. c. Peserta didik siap untuk memperhatikan film kartun yang menunjukkan sikap percaya diri.
3	Kegiatan (30 menit)	a. Mempersiapkan peserta didik untuk memperhatikan seperti apa perilaku yang akan ditampilkan melalui film dan mengisi lembar pertanyaan yang telah diberikan. b. Mengarahkan peserta didik agar mengamati setiap perilaku yang ada lalu menyimpan setiap perilaku dalam ingatan.	a. Peserta didik memperhatikan berjalannya film dan mengisi lembar pertanyaan yang telah peneeliti berikan. b. Mendengarkan dan memperhatikan setiap perilaku yang ditampilkan oleh tokoh kartun didalam film.

		<p>c. Pada saat peserta didik memperhatikan film, peneliti memberikan penguatan kepada peserta didik (motivasi, pujian, dll.)</p> <p>d. peneliti meminta peserta didik untuk menjelaskan dan mempraktikan apa yang telah peserta didik perhatikan didalam film, dan peneliti memberikan penguatan saat peserta didik menjelaskan, (baik, pintar, bagus, dll.)</p> <p>e. Mempersiapkan peserta didik agar siap untuk mengulas kembali film.</p>	<p>c. Peserta didik memperhatikan film kartun yang menampilkan percaya diri yang tinggi dalam bersosialisasi tentang dan menghgerjakan lembar yang peneliti berikan.</p> <p>d. Peserta didik mempraktikan dan mengulang kembali tingkah laku yang ditampilkan oleh tokoh kartun yang ada di dalam film yang menunjukan sikap percaya diri .</p> <p>e. Memberikan respon jawaban kesiapan anggota kelompok Mengulas kembali film yang telah peserta didik lihat.</p>
4	Pengakhiran (5 menit)	<p>a. peneliti memberitahu bahwa kegiatan bimbingan kelompok akan segera berakhir</p> <p>b. peneliti meminta kepada anggota kelompok untuk menyimpulkan dari topik yang telah dibahas</p> <p>c. Penilaian segera</p> <p>d. Mengevaluasi kegiatan yang telah dilakukan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pemahaman yang sudah diperoleh anggota kelompok 2. Perasaan yang dialami selama 	<p>a. Memperhatikan dan mendengarkan</p> <p>b. Mendengarkan dan menyimpulkan</p> <p>c. Melaksanakan</p> <p>d. –</p>

		kegiatan berlangsung 3. Kesan yang diperoleh selama kegiatan e. Membahas dan menanyakan tindak lanjut kegiatan bimbingan kelompok f. Memberikan pekerjaan rumah g. Mengucapkan terimakasih h. Memimpin doa i. Mengucapkan salam	e. Menjawab pertanyaan f. Menyanggapi g. Menjawab h. Berdoa i. Menjawab salam
--	--	---	---

Guru BK

Tri Oktaningsih S.Pd

NIP.....



Bandar Lampung,
Mahasiswa

Syamsudin

NPM.1311080108

2017

Mengetahui,

Kepala SMP PGRI 6 Bandar Lampung

Riyanto, S.Pd., MM.

NIP.

Nama :

Setelah mengikuti dan melihat film atau video tentang percaya diri dalam bimbingan kelompok.

1. Apa yang saya rasakan setelah melihat film/video tentang percaya diri ?

2. Apa yang saya pelajari setelah melihat film/video tentang percaya diri ?

3. Agar percaya diri, apa saja yang harus saya persiapkan dan saya lakukan ?



Nama :

Setelah mengikuti dan melihat film atau video tentang percaya diri dalam bimbingan kelompok.

1. Apa yang saya rasakan setelah melihat film/video tentang percaya diri ?

2. Apa yang saya pelajari setelah melihat film/video tentang percaya diri ?

3. Agar percaya diri, apa saja yang harus saya persiapkan dan saya lakukan ?

Daftar Hadir Anggota Bimbingan Kelompok

Hari/Tanggal	Pertemuan Ke	Nama	Kelas	Paraf
	Pertama	1. Andi Irawan 2. Iqbal Tanjung 3. Farrel Fathi A 4. Mario 5. M. Suithan Dzakie 6. Ika Nurhasanah 7. Vina Merlisa 8. Dhea Febiani 9. Riswinta Puspita R 10. Putri Lestari	1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8. 9. 10.	1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8. 9. 10.
	Kedua	1. Andi Irawan 2. Iqbal Tanjung 3. Farrel Fathi A 4. Mario 5. M. Suithan Dzakie 6. Ika Nurhasanah 7. Vina Merlisa 8. Dhea Febiani 9. Riswinta Puspita R	1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8.	1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8.

		10. Putri Lestari	9. 10.	9. 10.
	Ketiga	1. Andi Irawan 2. Iqbal Tanjung 3. Farrel Fathi A 4. Mario 5. M. Suithan Dzakie 6. Ika Nurhasanah 7. Vina Merlisa 8. Dhea Febiani 9. Riswinta Puspita R 10. Putri Lestari	1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8. 9. 10.	1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8. 9. 10.
	Keempat	1. Andi Irawan 2. Iqbal Tanjung 3. Farrel Fathi A 4. Mario 5. M. Suithan Dzakie 6. Ika Nurhasanah	1. 2. 3. 4. 5. 6.	1. 2. 3. 4. 5. 6.

		7. Vina Merlisa 8. Dhea Febiani 9. Riswinta Puspita R 10. Putri Lestari	7. 8. 9. 10.	7. 8. 9. 10.
	Kelima	1. Andi Irawan 2. Iqbal Tanjung 3. Farrel Fathi A 4. Mario 5. M. Suithan Dzakie 6. Ika Nurhasanah 7. Vina Merlisa 8. Dhea Febiani 9. Riswinta Puspita R 10. Putri Lestari	1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8. 9. 10.	1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8. 9. 10.
	Keenam	1. Andi Irawan 2. Iqbal Tanjung 3. Farrel Fathi A 4. Mario 5. M. Suithan Dzakie 6. Ika Nurhasanah 7. Vina Merlisa 8. Dhea Febiani	1. 2. 3. 4. 5. 6. 7.	1. 2. 3. 4. 5. 6. 7.

		9. Riswinta Puspita R	8.	8.
		10. Putri Lestari	9.	9.
			10.	10.

Mengetahui,
Guru Bimbingan Konseling

Bandar Lampung,
Pelaksana

Tri Oktaningsih S.Pd
NIP.

Syamsudin
NPM. 1311080108





PELAKSANAAN PRE-TEST



TREATMENT SESI KONSELING I



TREATMENT SESI KONSELING II



TREATMENT SESI KONSELING III



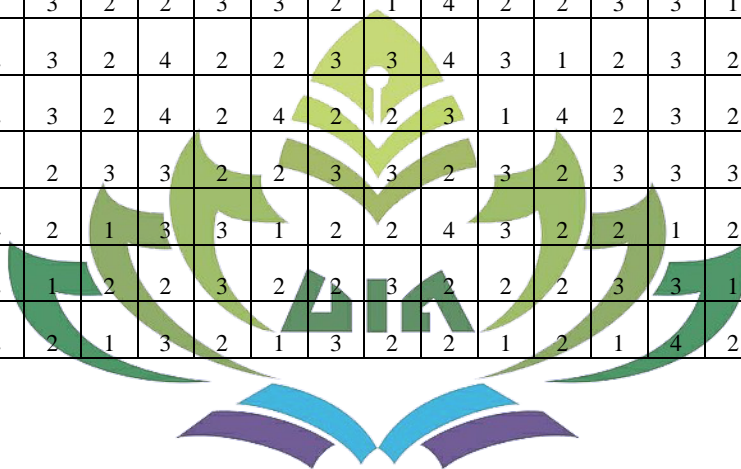
TREATMENT SESI KONSELING IV



PELAKSANAAN POST-TEST

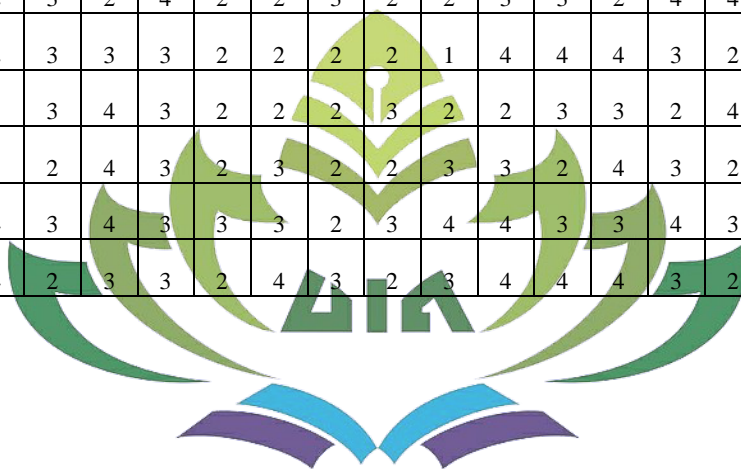
No	INS	Pre-Test																																		Skor
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	
1	IT	1	2	1	3	1	2	2	2	1	2	1	2	3	2	3	2	1	2	3	2	1	3	1	2	3	1	2	2	2	1	3	1	3	2	76
2	AI	3	1	2	3	2	3	3	1	3	2	2	3	1	2	3	1	3	3	2	2	1	3	1	2	2	2	1	3	2	1	2	2	2	3	83
3	FF	2	2	3	3	3	3	4	2	2	3	3	1	2	2	4	3	1	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	1	1	1	2	3	83
4	M	3	2	2	1	3	1	2	2	1	3	2	1	3	2	2	3	3	2	1	4	2	2	3	3	1	3	2	2	3	2	3	1	1	2	85
5	MS	2	3	2	2	3	3	3	2	1	3	1	2	3	2	4	2	2	3	3	4	3	1	2	3	2	3	2	2	1	3	1	2	3	3	80
6	IN	3	2	2	4	3	2	1	3	3	3	2	2	3	2	4	2	4	2	2	3	1	4	2	3	2	3	3	1	2	3	3	2	2	3	81
7	VM	2	3	1	3	2	2	1	4	2	2	3	1	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	1	2	3	1	2	77
8	DF	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	4	2	1	3	3	1	2	2	4	3	2	2	1	2	2	4	2	3	1	2	3	2	1	78
9	PL	3	3	3	2	3	3	3	2	1	2	3	2	1	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	1	2	2	1	2	2	3	2	3	3	85
10	RP	4	3	2	1	3	3	3	1	2	3	1	2	2	1	3	2	1	3	2	2	1	2	1	4	2	3	1	2	3	2	1	2	3	2	84

Skor Nilai Tinggi : 102 - 136
 Skor Nilai Sedang : 68 – 102
 Skor Nilai Rendah : 34 - 68



No	INS	Pos-Test																																		Skor
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	
1	IT	3	2	3	3	4	2	2	2	1	2	4	3	2	4	3	2	3	2	3	3	3	3	4	2	3	4	2	3	2	4	3	4	4	3	89
2	AI	3	3	2	2	2	3	3	3	4	2	2	3	4	2	3	1	2	3	2	2	3	4	2	3	3	2	4	4	4	3	2	3	3	4	98
3	FF	4	3	1	3	3	3	4	2	3	2	2	4	3	2	4	2	3	3	2	2	3	4	3	4	4	3	3	3	3	2	4	4	1	3	103
4	M	4	2	4	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	4	4	3	4	3	4	3	2	3	3	110
5	MS	2	3	2	2	3	3	3	2	1	3	3	2	3	2	4	2	2	3	2	2	3	3	2	4	4	4	3	4	2	3	4	3	2	4	96
6	IN	2	3	2	2	3	4	2	2	4	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	1	4	4	4	3	2	3	3	3	4	2	4	3	4	3	98
7	VM	3	3	3	2	4	2	3	4	2	2	3	3	3	4	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	4	3	3	2	3	2	4	2	2	3	92
8	DF	2	2	2	3	2	4	3	3	2	3	2	3	2	4	3	2	3	2	2	3	3	2	4	3	2	4	4	3	3	2	4	3	3	3	91
9	PL	3	3	3	4	4	3	3	2	4	2	4	4	3	4	3	3	3	2	3	4	4	3	3	4	3	2	3	3	4	4	4	3	3	4	109
10	RP	4	3	2	3	3	3	3	3	2	3	4	4	2	3	3	2	4	3	2	3	4	4	4	4	3	2	3	4	4	3	3	4	4	4	100

Skor Nilai Tinggi : 102 - 136
 Skor Nilai Sedang : 68 – 102
 Skor Nilai Rendah : 34 – 68



Paired Samples Statistics

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 PRETEST	74,3000	10	12,12939	3,83565
POSTEST	102,6000	10	9,50088	3,00444

Paired Samples Correlations

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 PRETEST & POSTEST	10	,918	,000



Paired Samples Test

	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 PRETEST - POSTEST	-28,30000	5,07828	1,60589	-31,93278	-24,66722	-17,623	9	,000

JADWAL PEMBERIAN TREATMENT

NO	Tanggal	Kegiatan	Keterangan
1	25 Oktober 2017	PRETEST	Kelompok eksperimen
2	1 November 2017	<ul style="list-style-type: none"> - Sebuah pilihan berujung pada tindakan - Antara benar atau salah dan mau atau tidak - Metode ceramah 	Kelompok eksperimen
3	7 November 2017	<ul style="list-style-type: none"> - Pengertian Bimbingan - Pengertian konseling - Mengapa Bimbingan dan Konseling itu penting - Menggunakan media audio visual berupa slide berjalan dan video 	Kelompok eksperimen
4	14 November 2017	<ul style="list-style-type: none"> - Asas kerahasiaan - Asas kesukarelaan - Asas keterbukaan - Asas kegiatan - Asas kemandirian - Asas kekiknian - Asas kedinamisan - Asas keterpaduan - Asas keterpaduan - Asas keahlian - Asas alih tangan - Asas tut wuri handayani - Menggunakan media audio visual berupa slide berjalan dan video 	Kelompok eksperimen
5	21 November 2017	<ul style="list-style-type: none"> - Sebuah pilihan berujung pada tindakan - Antara benar atau salah dan mau atau tidak - Menggunakan media audio visual berupa slide berjalan dan video 	Kelompok eksperimen
6	23 November 2017	POSTTEST	Kelompok eksperimen

Kisi-kisi pengembangan instrumen penelitian¹

Variabel	Indikator	Sub-Indikator	Deskriptor	Ket	
				+	-
Percaya diri	Percaya diri lahir	Komunikasi	1. Peserta didik mampu mendengarkan apa yang dikatakan orang lain dengan tepat, tenang dan penuh perhatian	1,2	4
			2. Peserta didik mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi dalam situasi apapun	3	
			3. Peserta didik mampu bersosialisasi dan berinteraksi dengan orang lain	5	
		Ketegasan	1. Peserta didik mampu menyatakan kebutuhan secara langsung dan terus terang	7	10, 11
			2. Peserta didik berani bertanya dan menyatakan pendapatnya	8,9	
		Penampilan diri	1. Peserta didik berpakaian rapih	12, 13	14
			2. Peserta didik mampu menampakan wajah yang berseri	15	
		Pengendalian perasaan	1. Peserta didik berani menghadapi tantangan dan resiko	16	17
			2. Peserta didik mempunyai pengendalian diri yang	18	19

¹Sugiyono, *Op. Cit*, h. 150-152.

			baik dalam dirinya		
	Percaya diri batin	Cinta diri	1. Peserta didik mampu memelihara dan memanfaatkan diri sendiri 2. Peserta didik memiliki sikap optimis	20 23,24	21,22
		Pemahaman diri	1. Peserta didik mampu menyadari kekuatan dan kelemahan diri sendiri 2. Siswa mampu menerima diri sendiri	25 27	26 28,29
		Tujuan yang jelas	1. Peserta didik memiliki target atau keinginan yang akan dicapai 2. Peserta didik dapat mengambil keputusan dengan tepat	30,31 34	32,33



PEMERINTAH KOTA BANDAR LAMPUNG
DINAS PENDIDIKAN
SMP PGRI 6 BANDAR LAMPUNG

Jalan Korpri Raya Bandar Lampung Tlp. 0721-70122 Bandar Lampung – 35151



LAPORAN PELAKSANAAN BIMBINGAN KELOMPOK
SEMESTER SATU (GANJIL) TAHUN PELAJARAN 2017/2018

Komponen Layanan :
Bidang Layanan : Pribadi-Sosial
Hari/ Tanggal Pelaksanaan : Rabu, 01-11-2017
Waktu : 45 Menit
Kelas : VIII G
Tujuan : Pemahaman penting nya rasa percaya diri

Uraian Pelaksanaan

1. Uraikan kegiatan yang telah dilaksanakan (eksperientasi) :
 - a. Tahap pembentukan, menerima kehadiran anggota kelompok secara terbuka dan mengucapkan terimakasih, doa bersama, dan menyepakati kesepakatan waktu.
 - b. Tahap peralihan, ice breaking dengan permainan konsentrasi, mempersiapkan peserta didik untuk siap melanjutkan ketahap berikutnya.
 - c. Tahap inti, peserta didik menonton film/ video tentang percaya diri, dan tahap pengakhiran, peserta didik menyimpulkan dari proses bimbingan yang telah dilakukan.
2. Hasil yang diperoleh (Identifikasi) :
 - a. Peserta didik mampu memahami penting nya rasa percaya diri
 - b. Peserta didik mampu mengenali kelemahan diri nya dan mengatasi nya
 - c. Peserta didik mampu mengenali kelebihan diri nya dan mampu memaksimalkan nya
3. Kesimpulan yang didapat (Analisis) :
 - a. Peserta didik mampu memahami apa yang diarahkan oleh peneliti
 - b. Peserta didik mampu memahami tentang pentingnya kepercayaan diri

- c. Peserta didik mampu memahami kelebihan diri nya harus dimaksimalkan dan kekurangan dalam dirinya harus diatasi.
4. Tindak lanjut dari kegiatan ini (Generalisasi) :
- Pengamatan
 - Tugas

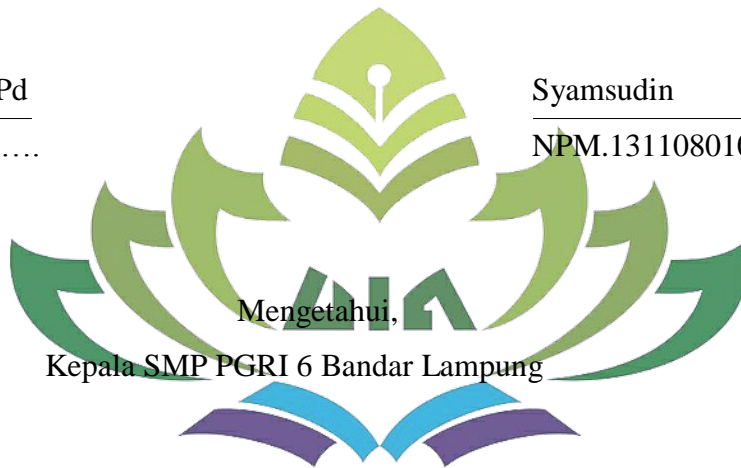
Guru BK

Bandar Lampung,
Mahasiswa

2017

Tri Oktaningsih S.Pd
NIP.....

Syamsudin
NPM.1311080108



Riyanto, S.Pd., MM.
NIP.

PERCAYA DIRI DALAM BELAJAR

A. Pengertian Percaya Diri

Rasa percaya diri adalah kualitas yang dibutuhkan untuk membuat seseorang menjadi orang yang yakin pada diri sendiri. Akan tetapi, keyakinan diri itu bukanlah sesuatu yang bisa diajarkan pada orang dari hari kehari, melainkan harus ditanamkan mulaidari masa kanak-kanak.

Terkait hal di atas, Stephanie Marston mengemukakan pemikirannya mengenai pentingnya rasa percaya diri pada anak. Dia mengatakan bahwa percaya diri itu seperti tongkat ajaib yang bisa mengubah masa depan seorang anak. Rasa percaya diri seorang anak akan mempengaruhi semua aspek kehidupannya, mulai dari teman-teman yang dipilih, prestasi akademisnya di sekolah, jenis pekerjaan yang ia dapat, bahkan sampai ke masalah teman hidup yang akan dia pilih.

Seorang psikolog terkenal Maslow, mengatakan bahwa percaya diri merupakan modal dasar untuk pengembangan aktualisasi diri. Dengan percaya diri orang akan mampu mengenal dan memahami diri sendiri.

Menurut Thantaway dalam Kamus istilah Bimbingan dan Konseling, percaya diri adalah kondisi mental atau psikologis diri seseorang yang member keyakinan kuat pada dirinya untuk berbuat atau melakukan semua tindakan. Orang yang tidak percaya diri memiliki konsep diri yang negatif, kurang percaya pada kemampuannya, karena itu sering menutup diri.

Berdasarkan kedua pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan dan sikap seseorang terhadap kemampuan pada dirinya sendiri dengan menerima secara apa adanya baik positif maupun negative yang dibentuk dan dipelajari melalui proses belajar dengan tujuan untuk kebahagiaan dirinya. Kepercayaan diri juga dapat diartikan sebagai keberanian dalam diri sehingga seseorang mampu melakukan sesuatu yang dianggap benar.

B. Ciri-ciri Individu yang Percaya Diri

Hakim menyebutkan beberapa ciri individu yang memiliki rasa percaya diri yang proposional diantaranya:

1. Selalu merasa tenang saat mengerjakan sesuatu

2. Mempunyai potensi dan kemampuan yang memadai
3. Mampu menetralkan ketegangan yang muncul di dalam berbagai situasi
4. Memiliki kondisi mental dan fisik yang cukup menunjang penampilan
5. Memiliki kecerdasan yang cukup
6. Memiliki kemampuan bersosialisasi
7. Menghargai diri sendiri
8. Berani mengkritik dan dikritik
9. Memiliki cara pandang yang positif terhadap diri sendiri, orang lain dan lingkungan sekitar.

C. Membangun Percaya Diri

Bagi sebagian kita yang mempunyai masalah seputar rendahnya kepercayaan diri atau merasa telah kehilangan kepercayaan diri, berikut ini merupakan cara meraih pribadi yang percaya diri:

1. Cintailah dirimu
2. Tunjukkan apa yang anda banggakan
3. Jadilah diri sendiri dan mandiri
4. Jangan kalah dengan ejekan orang lain
5. Perbanyak senyum
6. Bergabung dengan orang-orang yang percaya diri
7. Buang prasangka buruk
8. Perluas wawasan
9. Berhenti mengeluh

D. Akibat Kurang Percaya Diri

1. Tidak memiliki sesuatu (keinginan, tujuan, target) yang diperjuangkan secara sungguh-sungguh
2. Mudah frustrasi ketika menghadapi masalah atau kesulitan
3. Kurang termotivasi untuk maju
4. Sering gagal dalam menyempurnakan tugas-tugas atau tanggung jawab (tidak optimal)
Canggung dalam menghadapi orang

Npar Test

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		PRETEST	POSTEST
N		10	10
Normal	Mean	74,3000	102,6000
Parameters ^{a,b}	Std. Deviation	12,12939	9,50088
Most Extreme	Absolute	,281	,168
Differences	Positive	,211	,168
	Negative	-,281	-,140
Kolmogorov-Smirnov Z		,888	,530
Asymp. Sig. (2-tailed)		,410	,941

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

